генезис

Крюкова С. В.
Донскова Н. И.

Удивляюсь, злюсь, боюсь...!

Программы групповой психологической работы с дошкольниками

- Давайте жить дружно!
- Детский сад, встречай ребят!
- Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
- Здравствуй, я сам!

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В сборнике представлены программы групповой психологической работы с детьми 3–6 лет в дошкольном образовательном учреждении.

В первую часть книги включены программы, цель которых – помочь детям адаптироваться к условиям жизни в детском саду (в общеразвивающем или в компенсирующем), наладить их взаимоотношения, создать благоприятную атмосферу в группе.

Во второй части собраны развивающие программы. Они направлены на развитие восприятия, телесных ощущений, двигательной координации, эмоциональной сферы детей: умения осознавать и контролировать свои переживания, понимать собственное эмоциональное состояние, распознавать эмоции.

Авторы – психологи, имеющие большой опыт практической работы.

Книга адресована психологам, воспитателям ДОУ.

- Светлана Крюкова, Наталия Донскова
  -
  - От издательства
  - Введение
  - Часть 1
    -
    - Давайте жить дружно!
      -
      - Занятие 1
      - Занятие 2
      - Занятие 3
      - Занятие 4
      - Занятие 5
      - Занятие 6
      - Занятие 7
      - Литература
    - Детский сад, встречай ребят!
      -
      - Игровой сеанс 1
      - Игровой сеанс 2
      - Игровой сеанс 3
      - Игровой сеанс 4
      - Игровой сеанс 5
      - Игровой сеанс 6
      - Игровой сеанс 7

- Игровой сеанс 8
- Игровой сеанс 9
- Игровой сеанс 10
- Литература

- Часть 2
  -
  - Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
    -
    - Занятие 1. Робость
    - Занятие 2. Радость (1)
    - Занятие 3. Радость (2)
    - Занятие 4. Радость (3)
    - Занятие 5. Радость (4)
    - Занятие 6. Страх (1)
    - Занятие 7. Страх (2)
    - Занятие 8. Страх (3)
    - Занятие 9. Страх (4)
    - Занятие 10. Удивление
    - Занятие 11. Самодовольство
    - Занятие 12. Закрепление знаний о чувствах
    - Занятие 13. Злость
    - Занятие 14. Стыд
    - Занятие 15. Отвращение, брезгливость
  - Творческая мастерская
    -
    - Занятие 1. Взлохмаченные человечки
    - Занятие 2. «Русские горки»
    - Литература
  - Здравствуй, я сам!
    -
    - 1. Потрогаю, понюхаю, посмотрю, послушаю, и если это можно есть, то, конечно, скушаю
      - Занятие 1
      - Занятие 2
      - Занятие 3
      - Занятие 4
      - Занятие 5
      - Занятие 6
      - Занятие 7
      - Занятие 8
    - 2. Моя первая ступень в телесный мир
      - Занятие 9
      - Занятие 10

- Занятие 11
- Занятие 12
- Занятие 13
- Занятие 14
- Занятие 15
- Занятие 16
- Занятие 17
- Занятие 18

- 3. Здравствуй, я сам!
- Тематический блок «Радость»
  - Занятие 1 (19)
  - Занятие 2 (20)
  - Занятие 3 (21)
  - Занятие 4 (22)
- Тематический блок «Страх»
  - Занятие 1 (23)
  - Занятие 2 (24)
  - Занятие 3 (25)
  - Занятие 4 (26)
- Тематический блок «Злость»
  - Занятие 1 (27)
  - Занятие 2 (28)
  - Занятие 3 (29)
  - Занятие 4 (30)
- Тематический блок «Спокойствие»
  - Занятие 1 (31)
  - Занятие 2 (32)
  - Занятие 3 (33)
  - Занятие 4 (34)
  - Занятие 35
- Послесловие к программе «Здравствуй, я сам!»
- Литература

- Послесловие
- Приложения
  - Приложение 1
  - Приложение 2
  - Приложение 3
  - Приложение 4
- Сведения об авторах

- notes
  - 1
  - 2
  - 3

- ○ 4
- ○ 5
- ○ 6
- ○ 7
- ○ 8

Светлана Крюкова, Наталия Донскова
Удивляюсь, злюсь, боюсь… Программы групповой психологической работы с дошкольниками

- ♦ Давайте жить дружно!
- ♦ Детский сад, встречай ребят!
- ♦ Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
- ♦ Здравствуй, я сам!

От издательства

Уважаемые коллеги!

Все мы хорошо знаем, насколько трудным для ребенка бывает период, когда в его жизни происходят существенные изменения – он начинает ходить в детский сад. Требуется немало времени, чтобы ребенок освоился в новой обстановке, привык к новому распорядку дня, к общению с ранее незнакомыми ему детьми, осознал требования воспитателей, понял, как усваивать новые знания в процессе группового обучения. В это время очень важно поддержать ребенка, создать такие условия, чтобы он получал радость от пребывания в детском саду. На решение этих задач направлены две программы, изложенные ***в первой части*** сборника.

Основные цели программы ***«Давайте жить дружно!»*** – адаптация детей к условиям дошкольного учреждения, создание у них чувства принадлежности к группе, положительного эмоционального фона, развитие коммуникативных навыков, самостоятельности.

Цели программы ***«Детский сад, встречай ребят!»*** – помочь детям адаптироваться к детскому саду и преодолеть стрессовые состояния в период адаптации, развить навыки взаимодействия детей друг с другом и другие социальные навыки, снизить уровень импульсивности, тревожности, агрессивности, устранить излишнюю двигательную активность, развить произвольность поведения. Эта программа предназначена не только для основных ДОУ, но и для коррекционных детских садов, куда дети приходят в разном возрасте, с разным уровнем социализации, зачастую до этого уже побывав в других дошкольных учреждениях.

Не менее важно способствовать гармоничному развитию детей, и потому во ***вторую часть*** сборника вошли две развивающие программы.

Развитие ребенка теснейшим образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются «индикатором» состояния ребенка, с другой – сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений. Маленькие дети часто находятся «в плену эмоций», поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что может приводить к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Лишь по мере личностного развития у них постепенно формируется способность осознавать и

контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей, развивается произвольность поведения, чувства становятся более устойчивыми и глубокими. И очень важно, чтобы взрослые оказывали детям помощь в этом процессе.

Программа ***«Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь»*** способствует развитию эмоциональной сферы детей, умения понимать свое эмоциональное состояние, распознавать чувства других людей.

Цель программы ***«Здравствуй, я сам!»*** – развитие когнитивной сферы: восприятия, телесных ощущений, двигательной координации детей, умения осознавать и контролировать свои переживания, понимать собственное эмоциональное состояние.

Программы рассчитаны на работу с дошкольниками в течение года. В начале года проводится адаптация детей к условиям детского сада, а затем можно по своему усмотрению выбрать те сценарии развивающей работы, которые окажутся наиболее подходящими для конкретной группы.

Программы С.В. Крюковой «Давайте жить дружно!», «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь», «Здравствуй, я сам!» ранее выходили в нашем издательстве и неоднократно переиздавались (1999–2012). Мы включили их в данный сборник по многочисленным просьбам читателей. Программа Н.И. Донсковой «Детский сад, встречай ребят!» публикуется впервые.

В книге представлены подробные сценарии занятий, однако мы хорошо понимаем, что в каждой новой группе работа строится по-своему, поэтому не всегда возможно использовать сценарии в неизменном виде. Авторы специально подчеркивают, что их разработки могут служить и основой для создания собственных сценариев с учетом потребностей и особенностей каждой конкретной группы, что предполагает обязательный элемент творчества в вашей работе. Несомненной ценностью этих программ является четкая логика их построения, психологически обоснованная последовательность проведения групповых занятий и упражнений. Все занятия имеют общую гибкую структуру, которая была разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Опираясь на эту простую схему, вы сможете без затруднений самостоятельно составить занятие на любую тему. Иллюстрации, приводимые в книге, могут быть использованы в качестве основы для создания собственного наглядного материала.

Мы надеемся, что наша книга поможет вам в работе с детьми. Желаем вам успехов!

Введение

(С.В. Крюкова)

Программы «Давайте жить дружно!» и «Удивляюсь, злюсь, боюсь…» и «Здравствуй, я сам!» были апробированы в разновозрастных группах детского сада, где работа с детьми ведется на основе метода Марии Монтессори – известного педагога, врача, философа, психолога, методолога. Основной принцип работы по методу Монтессори – создание условий, способствующих естественному гармоничному развитию личности ребенка.

Как только ребенок приходит в наш детский сад, он попадает в необычную обстановку. Взаимоотношения детей друг с другом и со взрослыми похожи на семейные, благодаря чему развитие детей принимает естественные формы. Дети имеют возможность свободно передвигаться по помещению, по своему желанию начинать и заканчивать работу, выбирать место и материалы для нее и т. д. В каждой группе – 20–25 человек в возрасте от 3 до 7 лет, поэтому при составлении программ было особенно важно подобрать упражнения так, чтобы на протяжении всего занятия (30–40 минут) сохранялся интерес и у малышей, и у детей постарше.

«Можно сказать, что дети разделяются взрослыми на три типа: 1) дети с проблемами; 2) хорошие (пассивные) дети, которых ставят в пример остальным; 3) дети с выдающимися качествами… Подобная классификация существует веками. Однако эти особенности поведения мгновенно исчезают, стоит только детям заинтересоваться какой-либо деятельностью, привлекшей их внимание. Так называемые плохие, хорошие и замечательные качества – все исчезает, и остается просто ребенок», – так писала в своей работе «Разум ребенка» Мария Монтессори.

Ведущей, наиболее привлекательной деятельностью в дошкольном возрасте является игра, поэтому предлагаемые программы строятся на основе игровых упражнений, направленных в первую очередь на обеспечение психологически комфортного пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

Все занятия имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием. Структура была разработана с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Опираясь на эту простую схему, вы сможете сами составить любое развивающее занятие для детей этого возраста.

Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

Часть 1. Вводная

Цель вводной части занятия – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы – приветствия, игры с именами.

Часть 2. Рабочая

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка. Основные процедуры:

– элементы сказкотерапии с импровизацией;

– элементы психодрамы;

– игры на развитие навыков общения;

– игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;

– рисование, кляксография, пуантилизм.

Часть 3. Завершающая

Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.

Поскольку программы предполагают работу с маленькими детьми, то ведущий должен постоянно следить за тем, чтобы участники занятия были включены в работу, не уставали, не отвлекались. Поэтому каждое занятие обязательно включает в себя процедуры, способствующие развитию саморегуляции у детей, а именно:

– упражнения на мышечную релаксацию (снижают уровень возбуждения, снимают напряжение);

– дыхательную гимнастику (действует успокаивающе на нервную систему);

– мимическую гимнастику (направлена на снятие общего напряжения, играет большую роль в формировании выразительной речи детей);

– двигательные упражнения, включающие попеременное или одновременное выполнение движений разными руками под любую текстовку (способствуют развитию межполушарного

взаимодействия);

– чтение детских потешек с чередованием движений, темпа и громкости речи (способствует развитию произвольности).

Эти процедуры могут проводиться в любой части занятия, в зависимости от ситуации.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Поскольку дети любят смотреть одни и те же мультфильмы, читать одни и те же сказки по много раз, занятия с повторами становятся близкими и понятными для них. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Приветствие и прощание детей носят ритуальный характер, как правило, они индивидуальны в каждой группе.

Во время занятий дети сидят в кругу – на стульчиках или на полу. Круг – это прежде всего возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям детей, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

Можно дать несколько рекомендаций ведущему, начинающему работу по программам.

– Если вы работаете в обычном садике, где дети традиционно сидят за столами, первое занятие можно начать с введения ритуалов приветствия и прощания. Расскажите ребятам, что ваши занятия будут проходить в определенный день и всегда начинаться с включения спокойной музыки. Лучше использовать специально подобранные серии для детей, например: «Наедине с природой», «Волшебные голоса природы», «Музыка для детей». Пока звучит мелодия, предложите детям аккуратно взять свой стул и поставить его на ковер или в любое отведенное для занятий место. Сесть лучше в форме круга, чтобы все могли видеть друг друга. Расстояние между детьми должно быть таким, чтобы, сидя на своих местах, они могли взяться за руки.

– Если вы не знаете имен детей, встречаетесь с ними впервые, попросите ребят сначала называть свои имена, а потом идти за стульями.

– Если дети не знают имен друг друга, вы можете предложить им: «Давайте станем комментаторами…» И пока каждый ребенок идет за стулом и возвращается, сидящие на месте по очереди комментируют (проговаривают) вслух все его действия, называя этого ребенка по имени.

– Вы можете заранее обозначить кружками места детей на ковре или на полу, чтобы в результате получился большой ровный круг, и попросить детей поставить стулья там, где лежат кружочки. Если занятия проходят в отдельном помещении постоянно, то круг можно «нарисовать» на ковре с помощью

цветной изоленты. Можно вырезать из коврового покрытия специальный круглый ковер, который вы будете расстилать перед занятием. В этом случае попросите детей разместиться по краю ковра на одинаковом расстоянии друг от друга, чтобы не было больших «окон». И наконец вы можете выложить круг на полу с помощью каната или веревки и попросить детей сесть по линии этого каната.

Занятия с маленькими детьми всегда несут в себе массу неожиданностей и сюрпризов, которые могут стать помехой в работе, а могут быть использованы ведущим и как материал для совместной деятельности всех участников занятия. Конечно же, это зависит прежде всего от личных и профессиональных качеств ведущего, в первую очередь от того, насколько он знаком с психологическими особенностями детей данного возраста, может ли он быть внимательным и чутким к нюансам детского поведения. Важно, чтобы ведущий был искренним, эмоционально открытым, артистичным, способным к импровизации и владел навыками саморегуляции и релаксации.

Результаты работы психолога не всегда проявляются быстро и бывают не такими наглядными, как при обучении детей чтению, счету, письму. Поэтому не стоит ждать от работы по этим программам быстрого показательного эффекта. Однако, как показывает практический опыт, после проведения занятий не сразу, не вдруг, а исподволь и постепенно положительные результаты начинают проявляться. У детей исчезают нежелательные формы поведения, появляется способность выполнять такие виды деятельности, которые раньше были им недоступны.

Если вам интересно с детьми, а им – с вами, если вы проявляете терпение и любовь к детям, результаты обязательно появятся!

Часть 1
Адаптация к детскому саду

С.В. Крюкова
ДАВАЙТЕ ЖИТЬ ДРУЖНО!
Тренинговая программа адаптации детей 4–6 лет к условиям дошкольного учреждения

Н.И. Донскова
ДЕТСКИЙ САД, ВСТРЕЧАЙ РЕБЯТ!
Сказочные игровые сеансы для детей 4–6 лет в период адаптации к дошкольному учреждению

Давайте жить дружно!

Тренинговая программа адаптации детей 4–6 лет к условиям дошкольного учреждения

С приходом в детский сад ребенок попадает в новые социальные условия. Меняется привычный образ жизни, возникают новые отношения с людьми. Смена окружения может сопровождаться повышением тревожности, нежеланием общаться с окружающими, отгороженностью, снижением активности.

Предлагаемая программа позволяет ребенку легче адаптироваться в группе детей, создает безопасное пространство для общения, условия для самовыражения, объединяет всех детей совместной деятельностью, способствует повышению уверенности в своих силах, появлению сплоченности.

По мнению Л.С. Выготского, именно игра является источником развития дошкольника, создает «зону ближайшего развития» – возможность перехода ребенка от того, что он уже умеет делать самостоятельно, к тому, что он умеет делать в сотрудничестве. Эта возможность характеризует динамику развития и успешности ребенка.

Основная цель программы – через создание зоны ближайшего развития способствовать психическому и личностному росту ребенка и тем самым помогать ему адаптироваться к условиям дошкольного учреждения.

В соответствии с этой целью формулируются ***задачи программы:***

– сформировать чувство принадлежности к группе, помочь ребенку почувствовать себя более защищенным;

– развивать навыки социального поведения;

– способствовать повышению уверенности в себе и развитию самостоятельности;

– формировать позитивное отношение к своему «Я»;

– развивать способность ребенка к эмпатии, сопереживанию;

– учить ребенка выражать свое отношение к другим людям разными способами;

– формировать позитивное отношение к сверстникам.

Программа рассчитана на детей 4–6 лет и состоит из семи занятий, которые проводятся 1–2 раза в неделю в форме минитренингов продолжительностью 30–40 минут.

Оптимальное количество детей в группе – 10–15 человек.

Занятия по этой программе рекомендуется проводить в начале учебного года (сентябрь – октябрь), когда формируются новые группы или дети собираются вместе после летнего перерыва.

Первые два занятия программы являются вводными. Их основу составляют подвижные, динамичные действия, дающие возможность детям привыкнуть к новой для них групповой форме работы, поэтому рекомендуется проводить их в физкультурном или музыкальном зале. Последующие занятия можно проводить в помещении группы детского сада, рассаживая детей на стульчики, поставленные в круг.

Занятие 1

Цели:

развивать чувство принадлежности к группе; развивать навыки позитивного социального поведения.

Материалы:

магнитофон и кассета с записью спокойной музыки; колокольчик; свечка в безопасном подсвечнике; один большой обруч и маленькие обручи по количеству детей; клубки разноцветных шерстяных ниток по количеству детей; бусинки, шнурки, палочки, камешки, круглые пластинки.

Ход занятия

Звучит спокойная музыка. В центре зала лежит большой обруч, а на нем – обручи поменьше (по одному на каждого ребенка).

♦ Здравствуйте! Проходите, я рада вас видеть! Давайте подойдем поближе и посмотрим, на что похожа фигура в центре зала.

А теперь пусть каждый из вас возьмет по обручу. Отнесите свой обруч туда, где вы хотите сидеть во время нашего занятия… Это будет ваше место… Тот, кто уже нашел свое место, пусть обойдет вокруг своего обруча… А теперь закройте глаза и попробуйте с закрытыми глазами отойти от обруча и вновь приблизиться к нему. Откройте глаза, посмотрите внимательно на свой обруч и определите его середину… Все нашли середину? А теперь сядьте в центр обруча. Отлично! У всех получилось?

♦ Закройте глаза и попробуйте почувствовать себя в обруче как у себя дома… Все представили круг своим домиком? Расскажите, у кого какой домик получился, на что он похож, где находится?

Очень хорошо! Подумайте, как можно ваш домик украсить?

Подойдите к столам и возьмите то, что я приготовила для украшения ваших домов. Вы должны украшать свой домик, начиная с центра. На это я даю вам 10 минут. Когда услышите звон колокольчика, ваша работа должна быть закончена.

Пока дети украшают свои домики, привяжите к каждому обручу по клубку ниток.

Звенит колокольчик.

А сейчас возьмите клубочек и, разматывая его, соедините свой домик с любым другим домиком, потом – с большим обручем, который лежит в центре, и возвращайтесь снова в свой дом.

Давайте придумаем, как можно оформить обруч в центре. Пусть каждый положит в него что-то из своего домика. А в середину мы поставим свечку, чтобы дом был теплым и живым… Замечательно! Теперь давайте встанем на стульчики и посмотрим, что у нас получилось. У каждого из нас есть свой домик, от каждого домика идут дороги к другим домам, и от всех домиков идут дороги в один большой дом. А большой дом состоит из множества разных кусочков. Каждый из вас положил туда что-то свое, значит, у всех нас есть один большой общий дом, где все могут жить вместе.

♦ Давайте встанем вокруг большого дома и поблагодарим друг друга за отличную работу. Я возьму в руки свечку, и мы будем передавать ее друг другу и говорить при этом своим соседям добрые слова.

Спасибо, Саша, мне было очень приятно с тобой работать! *(Ребенок, чье имя было названо, передает свечку со словами благодарности своему соседу, и так до завершения круга.)* А сейчас пришла пора прощаться. До свидания!

Занятие 2

Цели:

дать ребенку возможность ощутить свою принадлежность к группе, выразить свое настроение; учить детей ощущать близость, тепло другого.

Материалы:

магнитофон и кассета с записью спокойной музыки; большой обруч; веревки-канаты разной длины и разного цвета – по количеству детей; орехи, бусинки, шнурки, клубочки, мячики, палочки и т. д.

Ход занятия

Звучит спокойная музыка, дети проходят в зал.

♦ Здравствуйте! Проходите, пожалуйста. Давайте сядем вокруг обруча и возьмемся за руки. У нас получилось два круга: один – внутри, это обруч, а другой – снаружи, это мы с вами. Предлагаю вам поздороваться со мной и друг с другом. Но здороваться мы с вами будем не словами, а с помощью рук.

Закройте глаза. Сейчас я дотронусь до того, кто сидит справа от меня, он примет мое приветствие и точно таким же образом дотронется до своего соседа, передавая привет ему, и так далее, пока мое приветствие опять ко мне не вернется, только уже с другой стороны.

Отлично! А сейчас мы с вами, уже открыв глаза, будем жестами передавать друг другу воду, цветок, бабочку… Давайте теперь подключим наше дыхание и передадим друг другу «змею». Для этого надо глубоко вздохнуть, набрать воздух, повернуть две руки ладонями вверх к своему соседу слева (меняем направление) и выдувать воздух в его сторону на звук «с»… Очень хорошо. Теперь погладим щечку своего соседа теплым, нежным ветерком. Сложим губки трубочкой и плавно выдохнем воздух. Здорово!

♦ А сейчас давайте посмотрим на обруч, вокруг которого мы сидим. На что он похож?

Посмотрите, на столе лежат веревки (канаты) разных цветов. Сейчас тот, кого я назову ***(можно звать детей парами),*** возьмет веревку и положит ее около большого обруча так, чтобы получился как бы лепесток. Когда это сделают все, у нас получится цветок с разноцветными лепестками. Первым свой канат будет укладывать Денис, потом пойдет следующий.

Как вы думаете, что у нас получилось? Давайте «раскрасим» лепестки. Возьмите материалы, которые я вам приготовила, и заполните ими пространство внутри своего лепестка.

Пока дети выполняют задание, выложите на ковре еще один круг из каната. Круг должен быть таким, чтобы внутри него смогли разместиться все дети группы.

Заканчивайте работу. Давайте встанем на стулья и полюбуемся на то, что у нас с вами получилось. Красота!

♦ А теперь я предлагаю вам сесть внутрь круга, который я выложила из веревки. Представьте себе, что это дом, где все могут найти себе место. Сядьте поближе друг к другу так, чтобы чувствовать тепло своих соседей. Закройте глаза. Тот, до кого я дотронусь, может открыть глаза и выйти из круга. Тот, кто почувствует, что его сосед уходит, тоже может открыть глаза, встать и уйти… На этом наше занятие заканчивается. До свидания.

Занятие 3

Цели:

развивать чувство единства, сплоченности; учить детей действовать согласованно.

Материалы:

клубок достаточно прочных ниток.

Ход занятия

Дети сидят на стульчиках в кругу.

♦ Здравствуйте! Я рада вас видеть! Давайте начнем наше сегодняшнее занятие с игры «Эхо». *(Цель этого упражнения – настроить детей друг на друга, дать каждому ребенку возможность почувствовать себя в центре внимания.)*

Тот, кто сидит справа от меня, называет свое имя и прохлопывает его в ладоши, вот так: «Ва-ся, Ва-ся», а мы дружно, как эхо, за ним повторяем. Затем свое имя прохлопывает Васина соседка справа Ира, а мы снова повторяем. Таким образом все по очереди назовут и прохлопают свое имя.

Теперь, когда мы с вами проговорили наши имена, я спою песенку про то, как я рада вас видеть. «Я очень рада, что Сережа в группе есть…» В руках я держу клубочек. Когда я начну петь, то отдам его тому, про кого спою. Тот, кто клубочек получает, обматывает нитку вокруг пальца и передает его следующему, сидящему справа от него, ребенку. Когда моя песенка закончится, мы с вами будем соединены одной ниточкой. Я начинаю…

Отлично!

Клубочек ко мне вернулся. А сейчас давайте все вместе поднимем руки вверх, опустим их вниз, положим на колени. Старайтесь все делать одновременно, ведь если кто-то замешкается, наш круг разрушится. А теперь аккуратно положим ниточку, которая нас соединяет, на пол.

♦ Наше следующее упражнение называется «Солнечный зайчик». *(Цель – снятие эмоционального напряжения.)*

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладь голову, шею, руки, ноги… Он забрался на животик, погладь его там. Солнечный зайчик любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним.

♦ Наша следующая игра называется «Спаси птенца». *(Цель игры – ознакомить детей с методами саморегуляции.)*

Представьте себе, что у вас в руках маленький, беспомощный

птенец. Вытяните руки вперед ладонями вверх. А теперь согните руки в локтях и приблизьте их к себе. Медленно, по одному пальчику, сложите ладони, спрячьте в них птенца, подышите на него, согревая его своим ровным, спокойным дыханием. А теперь раскройте ладони, и вы увидите, что ваш птенец радостно взлетел. Улыбнитесь ему и не грустите. Он еще прилетит к вам.

♦ А сейчас мы разделимся на пары и будем играть в «Ладушки». *(Цель – развитие межполушарного взаимодействия.)*

Напомните детям потешку:

Ладушки, ладушки!
Где были? – У бабушки.
Что ели? – Кашку.
Что пили? – Бражку.

Пусть ребята сядут друг напротив друга, образуя пары, и перекрестно хлопают в ладоши, проговаривая слова потешки.

У вас здорово получается. А вы помните потешку «Сорока-ворона»? *(Цель – снятие эмоционального напряжения.)*

Сорока-ворона кашу варила,
Сорока-ворона деток кормила.
Этому дала, и этому дала,
И этому дала, и этому дала.

А самому маленькому
Из большой миски
Да большой ложкой.
Всех накормила!

Дети сидят в парах, проговаривают слова потешки и по очереди массируют друг другу пальчики правой руки, начиная с большого пальца и заканчивая мизинцем, а в конце потешки поглаживают друг у друга ладошки.

Замечательно!

♦ Наше последнее упражнение называется «Клубочек». *(Цель – развивать умение действовать согласованно, создать ощущение единства.)*

Наша Мария Ивановна *(воспитатель)* будет выполнять роль «катушки», а вы все возьмитесь за руки. Тот, кто стоит первым, пусть даст руку воспитателю. У нас получилась ниточка, закрепленная на катушке. Я возьму за руку последнего из вас и буду водить всех по кругу до тех пор, пока вся нитка не

«намотается» на катушку.

Теперь почувствуйте, какой у нас получился крепкий, дружный клубок. Давайте немножко поживем в нем, вместе подышим. А сейчас руки не отпускаем, я снова беру последнего ребенка за руку, и мы начинаем разматываться.

На этом наше занятие заканчивается, всем большое спасибо!

Занятие 4

Цели:

развивать групповую сплоченность; повышать у детей уверенность в себе.

Материалы:

магнитофон и кассета с записью спокойной музыки; мешочек, в котором находится воздушный шарик; свечка в безопасном подсвечнике.

Ход занятия

♦ Здравствуйте, я рада вас видеть! Давайте поприветствуем друг друга и поиграем в «Эхо» ***(см. Занятие 3)***.

Отлично!

♦ А сейчас покажите мне свою правую руку. Теперь – левую руку. Давайте подружим наши пальчики. *(Цель упражнения – координация движений и развитие мелкой моторики, развитие памяти.)*

Дружат в нашей группе девочки и мальчики.
Мы с тобой подружим маленькие пальчики.
Один, два, три, четыре, пять!
Начинаем счет опять.
Один, два, три, четыре, пять!
Вот закончили считать.

Дети складывают руки в замок и поочередно соединяют пальчики правой и левой рук, начиная с мизинцев.

Очень хорошо!

♦ А теперь посмотрите, что я вам принесла. *(Упражнение «Волшебный мешочек», цель – активизация тактильного восприятия, развитие произвольности.)*

Это волшебный мешочек. Сейчас вы по очереди опустите руку внутрь мешочка и, не заглядывая туда, на ощупь определите, что в нем лежит. Тот, кто потрогал и догадался, хранит свой

секрет, пока мешочек не окажется у меня в руках… Кто догадался, что лежит в мешочке? Да, это воздушный шарик.

♦ Игра «Воздушный шарик». *(Цель – развитие у детей способностей к расслаблению мышц живота.)*

Посмотрите, как я буду его надувать… А сейчас мы представим, что воздушный шарик находится у нас в животе, и мы его должны надуть. Положите руку на живот. Шарик сейчас не надут. Теперь набираем в него воздух, надуваем живот, будто он большой воздушный шар. Почувствуйте рукой, как он растет. А теперь сделаем выдох и сдуем животик… Отлично! Давайте повторим еще раз. Вдох-выдох, еще один вдох-выдох. Молодцы!

♦ А сейчас встаньте в круг и возьмитесь за руки. Поиграем в игру, которая называется «Доброе животное». *(Цель – развитие чувства единства.)*

Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит. А теперь подышим вместе. Вдох – все делают шаг вперед. Выдох – шаг назад. Наше животное дышит очень ровно и спокойно. А теперь давайте изобразим и послушаем, как бьется его большое сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т. д. Очень хорошо!

♦ Теперь представьте себе, что мы с вами находимся в магазине, торгующем зеркалами. *(Игра «Зеркало». Цель игры – развитие внимания, координации движений.)* Все мы – зеркала, и каждый из нас должен точно отражать движения и выражения лица маленькой обезьянки, которая сюда прибежала. Кто хочет быть обезьянкой?

♦ Следующая игра называется «Морщинки». *(Цель – снятие напряжения.)*

Несколько раз вдохните и выдохните. Вдох-выдох, вдох-выдох. И последний раз – вдох-выдох. Отлично… Широко улыбнитесь своему соседу справа, а теперь – соседу слева. Наморщите лоб – удивитесь, нахмурьте брови – рассердитесь, наморщите нос – вам что-то не нравится. Расслабьте мышцы лица, лицо спокойное. Поднимите и опустите плечи. Вдох-выдох, вдох-выдох, вдох-выдох. Молодцы!

♦ А сейчас мы с вами будем фантазировать. Наша игра будет называться «Земля, небо, огонь и вода». *(Цель – развитие сенсомоторной координации, развитие воображения.)*

Подумайте и с помощью движений покажите землю, небо, огонь и воду… У вас замечательно получилось. Сейчас я включу музыку, и тот, кто захочет, сможет выйти в круг и изобразить что-нибудь одно: землю, небо, огонь или воду, а все остальные попробуют угадать, что им показывают. Отлично!

♦ Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне

было очень приятно с вами работать.

А сейчас я зажгу свечку, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить спасибо за совместную работу.

Занятие 5

Цели:

повышать у детей уверенность в себе; развивать координацию движений; развивать слуховое восприятие.

Ход занятия

Дети сидят в кругу на стульях.

♦ Здравствуйте! Давайте начнем нашу встречу с игры «Паровозик с именем». *(Цель – настроить детей на совместную работу.)*

Сейчас каждый будет превращаться в паровоз. Когда «паровоз» поедет по кругу, он будет хлопать в ладоши и называть свое имя. Я начну: «Све-та, Све-та…» Я проехала целый круг, а теперь выберу одного из вас, и он станет паровозиком вместо меня. Я выбираю Олю. Теперь она будет называть свое имя и хлопать в ладоши, а я стану ее вагончиком, положу руки ей на плечи и вместе с ней буду повторять ее имя… Поехали!

Вот мы и проехали целый круг, теперь Оля выберет того, кто станет «паровозиком», и мы уже втроем будем повторять его имя.

Так продолжается до тех пор, пока все дети не примут участие в игре.

Отлично!

♦ Мы приехали на нашем поезде на солнечную полянку и теперь поиграем в игру, которая называется «Узнай по голосу». *(Цель – развитие слухового восприятия.)*

Давайте встанем в круг, возьмемся за руки. Нам нужен один человек внутри круга. Кто хочет встать в центр? Отлично, Вася! Все остальные будут вокруг тебя водить хоровод и петь песенку. А Вася пусть ее внимательно слушает и делает то, о чем мы будем его просить. Слушайте песенку…

Вася, ты сейчас в лесу.
Мы зовем тебя: «Ау!»
Ну-ка глазки закрывай, не робей.
Кто зовет тебя – узнай поскорей.

Теперь, Вася, закрой глаза, а тот, до кого я дотронусь, сделает шаг вперед и позовет: «Вася! Ау!» А ты попробуешь угадать, кто

тебя звал.

Если ребенок отгадал правильно, то он займет место ведущего, если нет, можно позвать ребенка еще раз. Игра повторяется несколько раз.

♦ А теперь давайте оглядимся вокруг. Какое сейчас время года? Правильно, осень… Представьте себе, что мы стоим возле сливы. Давайте ее рассмотрим… *(Цель игры – развитие координации движений.)*

Я всем предлагаю потанцевать возле нее. Запомните, что когда я хлопну в ладоши, вы должны будете быстро сесть на свои места.

Мы танцуем возле сливы *(3 раза)* – солнечным осенним днем.
Так мы кружимся на месте *(3 раза)* – солнечным осенним днем.
Так мы топаем ногами *(3 раза)* – солнечным осенним днем.
Так мы хлопаем руками *(3 раза)* – солнечным осенним днем.
А вот так мы моем руки *(3 раза)* – солнечным осенним днем.
Так мы руки вытираем *(3 раза)* – солнечным осенним днем.
Так мы руки вытираем и бежим скорее к маме.
По хлопку все дети бегут и садятся на стульчики.

♦ А сейчас, когда мы с вами дома, давайте соберем все необходимое и отправимся на охоту. *(Игра «Мы охотимся на льва», цель – развитие межполушарного взаимодействия.)*

Это упражнение на ритмизацию, чередование темпа и громкости речи. Необходимо построчно выразительно проговаривать текст, сопровождая его движениями, соответствующими происходящим событиям. А дети должны повторять за вами текст и движения или импровизировать, совершая свои движения в такт произносимому тексту.

Мы охотимся на льва.
Не боимся мы его.
У нас длинное ружье
И подзорная труба.
Ой! А что это?
А это – поле: топ-топ-топ.
Ой! А что это?
А это – болото: чав-чав-чав.
Ой! А что это?
А это – море: буль-буль-буль.
Ой! А что это?
А это – тропинка: шур-шур-шур.

Под ней не проползти.
Над ней не пролететь.
Ее не обойти, а дорожка напрямик.
Вышли на полянку.

Кто это здесь лежит? Давайте его потрогаем. *(Дети «трогают» воображаемого льва.)* Да это же лев! Ой, мамочки! Испугались его и побежали домой.

По тропинке: шур-шур-шур.
По морю: буль-буль-буль.
По болоту: чав-чав-чав.
По полю: топ-топ-топ.
Прибежали домой.
Дверь закрыли.
Ух! *(на выдохе)* Устали.

Молодцы!

♦ На этом наше занятие заканчивается, до свидания.

Занятие 6

Цели:

повышать у детей уверенность в себе; развивать произвольность; формировать позитивное отношение к сверстникам.

Ход занятия

Дети сидят на стульчиках в кругу.

♦ Доброе утро! Начинаем нашу встречу с песенки-приветствия «Я очень рада…» *(Цель – установление положительного эмоционального фона. См. занятие 3.)*

А сейчас приготовьте свои ручки для работы. Давайте попробуем прочитать стихи и выполнить под них движения. *(Упражнение направлено на развитие произвольности, развитие межполушарного взаимодействия, ритмизацию, настраивает детей на совместные действия, умение слушать и слышать друг друга, работать в одном ритме.)*

Дети должны в такт произносимому тексту менять местами лежащие на коленях ладони (можно перемещать ладони с одного плеча на другое).

Три мудреца в одном тазу

Поплыли по морю в грозу.
Будь попрочнее старый таз,
Длиннее был бы наш рассказ.

Замечательно!

♦ Теперь, когда мы с вами разогрелись, давайте успокоим свое дыхание и поиграем с Солнечным зайчиком *(см. Занятие 3)*.

♦ А сейчас я расскажу вам сказку. Она называется «Заяц-хваста».

В одном лесу жил-был заяц. Он считал себя самым умным, самым красивым, самым храбрым зверем в лесу. Бегает заяц по лесу, красуется, а никто из зверей на него внимания не обращает. Ну разве не обидно? Влез он на пенек и давай хвастаться:

– Я – самый храбрый, я – самый красивый, я – самый умный зверь в лесу! Я никого не боюсь, ни волка, ни лису. Вот если бы я их встретил, все сразу бы узнали, кто из нас сильнее!

А в это время пролетала мимо ворона. Услышала она, как заяц хвастается, и разозлилась.

– Это кто это самый умный? Это кто это самый смелый? Это кто это самый красивый? – спросила ворона и села прямо перед зайцем. – Ну какой же ты красивый? Уши-то у тебя длинные, хвост – куцый! Волка он не боится. Да стоит ему только появиться, тебя как не бывало.

Обиделся заяц и решил доказать вороне, что зря она его высмеивает, да где там! Ворона сама на пенек залезла и давай хвалиться:

– Вот если есть в нашем лесу кто-то красивый, так это я! Клюв у меня длинный, сильный, перышки черненькие, на солнышке переливаются! А если волк появится, то я уж не растеряюсь. Как в нос его клюну, так он и был таков!

А в это время шел мимо волк. Услышал он слова хвастливой вороны и сильно рассердился.

– Это кто смеет надо мной смеяться? Откуда взялась эта пташка залетная? Ну берегись, сейчас я тебя проучу! – так сказал волк и бросился прямо на хвастунишку.

Испугалась ворона и закричала:

– Спасите! Помогите! Волк меня сейчас съест!

Услышал заяц, что рядом волк, и от страха прыгнул в сторону, да прямо на волка и угодил. Испугался волк: «Что это сверху на меня упало?» Бросил он ворону и

убежал прямо в лес.

А ворона глаза открыла и видит – волка нет, а перед ней заяц стоит, сам от страха дрожит.

– Ой, спасибо тебе, косой! Если бы не ты, съел бы меня волк. Ты и вправду самый храбрый, самый сильный, самый красивый зверь в лесу!

Заяц сразу приободрился. Влез на пенек и говорит:

– А ты как думала? Я и вправду самый смелый, самый красивый и самый сильный зверь в лесу!

С этого дня заяц начал верить, что он самый, самый, самый…

♦ Вот такая сказка. А сейчас мы с вами будем изображать зайца. Давайте показывать его по очереди, по кругу. Для этого надо зайчиком проскакать по кругу, встать на «пенек» (на стул) и похвастаться: «Я самый красивый, я самый умный, я самый храбрый, я никого не боюсь».

Отлично у вас получилось! А сейчас появляется ворона. Она встанет перед пеньком и будет говорить: «Да какой же ты красивый? Хвост-то у тебя куцый, уши длинные! Да какой же ты храбрый? Тебе только скажи, что рядом волка видели, ты сразу убежишь». А заяц будет стоять на пеньке и дальше себя нахваливать: «А я все равно самый лучший зверь в лесу!» А мы с вами будем зайца поддерживать. Кто хочет быть зайцем? Вороной? Замечательно! А теперь давайте попробуем хвалить не себя, а соседа. Я начну. «Самый лучший сосед – мой сосед справа. Он очень добрый, внимательный мальчик, помогает другим…» А теперь вы похвалите друг друга по очереди.

♦ На этом наше занятие заканчивается, до свидания!

Занятие 7

Это занятие завершает программу. Лучше проводить его в зале, где достаточно места для свободного передвижения.

Цели:

укреплять чувство единства; развивать тактильное восприятие, воображение.

Материалы:

колокольчик; сухие листья по количеству детей; гроздь винограда; магнитофон и кассета с записью спокойной музыки.

Ход занятия

Звучит спокойная музыка. Дети входят в зал и рассаживаются на ковре вокруг выложенного в форме круга каната.

♦ Здравствуйте! Я предлагаю вам поиграть в новую игру. Давайте возьмемся за руки. Нас много, а все вместе мы – одна группа. Давайте почувствуем, как мы связаны друг с другом, сидя в кругу на полу… А теперь давайте встанем, не нарушая эту связь.

Взявшись за руки, мы идем по кругу и чувствуем связь. Мы идем по кругу один за другим, положив правую руку на левое плечо впереди идущего, и чувствуем связь… А теперь положите левую руку на правое плечо впереди идущего… Хорошо!

♦ А теперь садитесь в круг и закройте глаза.

Прикоснитесь рукой к какой-либо части тела ребенка: ладони, руке, лицу, голове, плечам, спине. (Цель упражнения – развитие осязания.)

Тот, кто почувствует прикосновение, должен, не открывая глаз, передать его своему соседу справа.

Молодцы!

После того как круг замкнется, прикоснитесь по очереди к каждому ребенку мягким мехом (платком, перышком и т. п.).

А теперь тот, кто почувствует прикосновение, может открыть глаза.

♦ Посмотрите, что я вам принесла. *(Покажите детям коробку с сухими листочками.)* Осмотритесь, выберите для себя место в зале, ложитесь на пол и закройте глаза. Представьте себе, что начался листопад…

Отпускайте над каждым ребенком по одному листку так, чтобы он упал на ребенка.

Тот, кто почувствует, что на него упал листок, должен открыть глаза и сесть в круг на канат.

Посмотрите на свой листочек. Почувствуйте его, ощупайте, подбросьте его вверх и послушайте звук, который возникает при его движении.

– Как вы думаете, откуда он?

– Почему он слетел с дерева?

– Куда он хотел улететь?

– Если бы лист мог говорить, что бы сказал ваш листочек?

Дети отвечают по желанию.

♦ Вы можете показать движениями руки, как падает ваш листочек? Мне кажется, что это может происходить вот так… *(Покажите детям, как листок медленно вянет, может быть, сворачивается в трубочку, отрывается от ветки и падает.)* А теперь по очереди покажите сами…

Очень хорошо! Встаньте, пожалуйста. Давайте представим

себе деревья, на которых выросли ваши листочки. Давайте покажем, как дерево растет, как у него вырастают длинные ветки, как глубоко корнями оно уходит в землю, как качается оно на ветру…

А теперь представьте, что все мы превратились в листочки с наших деревьев. Возьмите свои листики, по очереди бросьте их. Понаблюдайте и послушайте, как они падают. Изобразите своим телом падение листьев.

У вас прекрасно получилось!

Следующее упражнение является заключительным. Гроздь винограда здесь символизирует единство. Когда дети передают ее по кругу, они должны почувствовать ее «весомость», а кроме того, могут ощутить уникальность каждой отдельной ягодки.

♦ Садитесь снова в круг. Давайте возьмемся за руки и замкнем наш круг. Закройте глаза. *(В это время положите в центр круга гроздь винограда на тарелке.)* Тот, кто услышит колокольчик, может открыть глаза и опустить руки.

Сегодня я принесла вам виноград. Маша, осторожно возьми гроздь винограда, полюбуйся ею и передай своему соседу справа. *(Так по очереди дети передают гроздь друг другу в руки.)*

Сейчас, когда каждый из вас подержал гроздь в руках, ощутил ее тяжесть, мы будем передавать ее друг другу снова, но теперь каждый должен оторвать одну ягодку от грозди. Каждая ягодка должна что-то о себе сказать. Например: «Я – круглая», «Я – сладкая», «Я – сочная» и т. д. *(Затем дети съедают ягоды.)*

На этом наше занятие заканчивается. Всем спасибо!

Со следующего занятия начинается проведение программы «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь».

Литература

Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. Развиваем руки – чтобы учиться и писать, и красиво рисовать. – Ярославль: Академия развития, 1997.

Гайлен Х. Тихие упражнения. Из педагогической практики, 1978.

Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. – Ярославль: Академия развития, 1996.

Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. – М.: Международная педагогическая академия, 1994.

Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. – М.: Сфера, 1996.

Практическая психология образования / Под ред. Дубровиной И.В. Учебное пособие для ВУЗов – М.: Сфера, 1997.

Фесюкова Л.Б. Воспитание сказкой. – Харьков: Фолио, 1997.

Хухлаева О.В. Лесенка радости. – М.: Совершенство, 1998.

Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: Просвещение, Владос, 1995.

Детский сад, встречай ребят!

Сказочные игровые сеансы для детей 4–6 лет в период адаптации к дошкольному учреждению

Маленький ребенок, попадая в детский сад, сразу же оказывается под пристальным вниманием специалистов: логопеда, психолога, музыкального руководителя, воспитателя по физической культуре и, конечно же, воспитателя. Находясь в детском саду с раннего возраста, к 6–7 годам он, как правило, получает навыки общения со сверстниками, развивается его коммуникативная компетентность, расширяется сфера социальных контактов, воспитывается нравственно-волевая сфера.

Детский сад, в котором уже более одиннадцати лет работаю я, – компенсирующего вида. Одни дети приходят к нам в возрасте 4-х лет, другие – в 5 или даже в 6 лет, они имеют разный уровень социализации. Как правило, дети попадают к нам, уже побывав в другом дошкольном учреждении, а иногда и в нескольких, но случается и так, что в группе оказываются дети, впервые пришедшие в дошкольное учреждение всего на год перед школой. Перед педагогом-психологом стоит задача – помочь всем, таким разным, детям поскорее влиться в общество дошкольников, научиться общаться, подчиняться общим правилам, дружить.

Существует немало апробированных интересных программ для работы педагога-психолога в этом направлении. Среди прочих хочется упомянуть программы Роньжиной А.С. «Занятия психолога с детьми 2–4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению» *(Роньжина,* 2006) и Крюковой С.В. «Давайте жить дружно!», которая впервые была опубликована в издательстве «Генезис» в 1999 году, неоднократно переиздавалась и вошла в этот сборник. В своей работе я активно использовала обе эти программы (первую – для детей 4 лет, вторую – для детей 5–6 лет). Я наблюдала изменения, которые происходят с детьми: они становятся более открытыми, охотно идут на контакт со взрослыми и другими детьми, малыши реже плачут при расставании с родителями.

Возникла идея создания специальной программы игровых сеансов, которые помогли бы нашим детям адаптироваться к детскому саду. Сеансы должны быть такими, чтобы на протяжении всего занятия было интересно и более младшему ребенку (средней группы), и почти взрослому «подготовишке». Ключевым и связующим моментом всего цикла занятий должна

быть сказка. Сказки одинаково любят слушать и малыши, и дети постарше.

Героем наших сказок стал ежонок по имени Пыф – немного застенчивый, временами шаловливый малыш, которого мама однажды приводит в лесной детский сад. Там он встречается с другими обитателями леса: лисенком, волчонком, бельчонком, медвежонком, обезьянкой, хомячком, ужонком. У каждого зверька – свой характер, свои проблемы и своя сказка. Перевоплощаясь в разных зверей, дети как бы «примеривают» на себя разные линии поведения, разные характеры.

Решая проблемы сказочного общества зверей, дети учатся разрешать конфликтные ситуации. Мы играем в коммуникативные игры, что помогает детям лучше узнать друг друга, научиться сотрудничать, чувствовать себя частью какой-то общности.

Цель программы: помощь детям в адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Задачи:

– развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;

– развитие игровых навыков;

– развитие произвольности поведения;

– преодоление стрессовых состояний у детей в период адаптации к детскому саду;

– снижение уровня импульсивности, тревожности, агрессивности, устранение излишней двигательной активности;

– формирование социальных навыков;

– воспитание коммуникативной компетентности детей.

Структура игрового сеанса:

1. Приветствие.
2. Разогрев, игры на знакомство.
3. Сказка.
4. Коммуникативные, подвижные игры.
5. Пальчиковые игры.
6. Музыкальные игры, игры со словами, игры на согласование слов с действиями.
7. Релаксация, восстановление дыхания, подведение итогов.
8. Прощание, выход из сказки.

Ведущий подбирает к приведенным текстам игр легкую ритмичную музыку или попросит аккомпаниатора сыграть подходящую мелодию. Можно также напевать или проговаривать текст для детей.

Автор программы приносит свои извинения создателям и исполнителям детских музыкальных игр, чье авторство не удалось установить.

Автор выражает благодарность музыкальному руководителю ГБОУ № 1901 Мельниковой О.А. за рекомендации по выбору музыкальных композиций к игровым сеансам.

Таблица

Перспективное планирование

№ занятия	Месяц	Сказка	Проблема	Задачи	Музыкальная игра
1.	Сентябрь	Как ежонок Пыф в детский сад собирался	Робость, нерешительность, застенчивость	Знакомство детей между собой; установление контакта, доверительных отношений; создание благоприятного психологического микроклимата в группе; преодоление двигательных автоматизмов	«Жил в лесу колючий ежик»[1]
2.	Сентябрь	Первый день в детском саду	Робость, нерешительность, застенчивость	Развитие у детей уверенности в себе; преодоление чувства робости от общения с большим количеством новых детей; развитие чувства сплоченности; развитие умения сочувствовать, помогать друзьям	«Зайка серенький» (средняя группа), «Шел король по лесу» (старшая группа)
3.	Сентябрь	Упрямый Лисенок	Упрямство	Сплочение детской группы; преодоление упрямства; выявление вкусовых предпочтений детей	«У оленя дом большой»
4.	Октябрь	Сказка про Волчонка, который хотел кусаться	Агрессивность	Снижение у детей уровня тревоги; уменьшение агрессивности по отношению к сверстникам; развитие произвольности в поведении, умения следовать правилам игры	«Четыре шага»

5.	Октябрь	Неуклюжий Медвежонок	Моторная неловкость	Формирование толерантного отношения к сверстникам; развитие умения сочувствовать, сопереживать, помогать другим в преодолении трудностей; развитие слухового внимания	«Медвежата»
6.	Октябрь	Шустрый Бельчонок	Гиперактивность, двигательные автоматизмы	Развитие умения действовать в соответствии с правилами игры; развитие зрительного восприятия; сплочение группы; развитие умения действовать сообща; преодоление двигательных автоматизмов; развитие произвольности	«Разноцветные ленточки»
7.	Октябрь	Незнакомый зверь	Настороженное отношение детей к представителям других национальностей	Воспитание толерантного отношения к людям других национальностей; развитие чувства уверенности в себе; развитие слухового внимания; формирование чувства принадлежности к группе; развитие внимательности к другим людям	«У жирафов»[2]

8.	Ноябрь	Не такой, как все	Настороженное отношение детей к людям с ограниченными возможностями	Развитие слухового внимания; произвольности; быстроты реакции; снижение импульсивности, повышенной двигательной активности; обучение умению замечать и ценить индивидуальные особенности каждого; воспитание толерантности по отношению друг к другу	«Зверобика»[3]
9.	Ноябрь	Непослушный Мышонок	Упрямство	Формирование чувства принадлежности к группе; преодоление нежелательных черт характера (негативизм, упрямство); развитие зрительного внимания; преодоление двигательных автоматизмов; развитие произвольности	«В поход пойдем»
10.	Ноябрь	Праздник осени	Жадность, эгоцентризм	Формирование чувства принадлежности к группе; развитие произвольной памяти; развитие слухового внимания; снижение психоэмоционального напряжения; формирование навыков социального поведения	«Что нам осень принесет?»[4], «Улыбка»[5]

[1] Слова И. Зарецкой, музыка И.А. Бодраченко.
[2] Музыка и слова Е. и С. Железновых.
[3] Музыка Б. Савельева, слова А. Хайта.
[4] Музыка З. Левина, слова Л. Некрасова.
[5] Музыка В. Шаинского, слова М.С. Пляцковского.

Игровой сеанс 1

Задачи:

знакомство детей между собой; установление контакта, доверительных отношений; создание благоприятного психологического микроклимата в группе; преодоление двигательных автоматизмов.

Материалы:

игрушка – ежик; надувной пляжный мяч небольшого диаметра; мягкий мячик; музыкальные композиции; звуки дождя; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть! Давайте знакомиться. Меня зовут… А вас? *(Если дети отвечают хором, можно предложить им передавать мячик по кругу и называть свое имя.)* Я к вам пришла сегодня не одна. Посмотрите, вместе со мной ежик. Его зовут Пыф. Ему тоже очень хочется с вами познакомиться, но он пока стесняется. Давайте играть, может быть, он постепенно станет смелее.

1. Игра «Мячик» [1]

Дети садятся на пол в круг. Ведущий катит мяч тому, кто сидит напротив. Ребенок, получивший мяч, называет свое имя, а все дети его повторяют. После этого он катит мяч кому-то другому. Мячик катается от одного ребенка к другому, пока каждый из детей не назовет себя. Если до этого мяч снова попадает к психологу, психолог катит мяч тому, кто еще не принял участие в игре. Когда мяч обойдет всех детей, взрослый подкидывает мяч и называет имя любого ребенка. Тот, чье имя назвали, ловит мяч. Затем сам подкидывает его вверх и называет другое имя. Игра продолжается до тех пор, пока не будут названы имена всех детей.

2. Работа со сказкой

Как вы думаете, ребята, а этот ежик взрослый или маленький – ежонок? *(Ответы детей.)* Он еще маленький. Вот послушайте, какая с ним произошла история. *(Ведущий рассказывает сказку, а затем обсуждает ее с детьми.)*

Как ежонок Пыф в детский сад собирался

Жили-были в лесу еж, ежиха и маленький ежонок. Ежонка звали Пыф. Жили они в норке-домике в корнях большой сосны. Папа Еж каждый день отправлялся на поиски пищи, а мама Ежиха и ежонок оставались дома. Пока Пыф был маленький, он все время находился рядом с мамой: куда мама пойдет, туда и ежонок за ней катится, мама остановится – и ежонок остановится, мама клубочком свернется – и ежонок за ней повторяет. Но вот однажды мама Ежиха сказала:

– Скоро осень, малыш, и нам нужно делать запасы на зиму.

Мне придется далеко уходить от нашего домика, и я не смогу всегда брать тебя с собой. Но я придумала, как нам поступить, – ты пойдешь в детский сад. Он открылся на соседней полянке, и туда будут приходить разные зверята: лисята, медвежата, зайчата, ежата, бельчата, мышата. Там добрая тетушка Медведица будет присматривать за малышами, играть с ними в разные интересные игры, учить их рисовать, лепить и клеить.

И мама Ежиха стала рассказывать ежонку о том, как хорошо ему будет в детском саду, о том, что там будет много красивых игрушек, а еще – о том, что туда придут и другие малыши, с которыми он сможет подружиться.

Ежонок слушал маму, и ему все больше и больше хотелось оказаться в лесном детском саду. Пыф задумался. Ему стало любопытно, что это такое – детский сад. А еще он немного заволновался – как его там примут? Какие там будут игрушки?

А тетушка Медведица – добрая или злая? Засыпая, Пыф все думал о детском саде…

Вопросы для обсуждения:

– Кто главный герой этой сказки? Как его зовут?

– Почему ежонка решили отдать в лесной детский сад?

– Что думал ежонок о детском саде?

– Расскажите, ребята, как вы собирались в детский сад, что вы чувствовали, о чем думали?

При обсуждении каждой сказки ведущий предлагает детям передавать друг другу мягкий мячик. Это делается для того, чтобы дети не выкрикивали ответ одновременно. С детьми обсуждается правило: «Говорит тот, у кого в руках мячик». Главное – чтобы все дети имели возможность высказаться.

Наш ежонок немного волнуется, давайте расскажем ему стихотворение.

3. Пальчиковая игра «Апельсин»

Дети повторяют движения за ведущим.

Мы делили апельсин. *(Вращение кулаками.)*

Много нас, а он один. *(Показываем поочередно то все растопыренные пальцы, то один палец.)*

Эта долька – для ежа, *(По очереди отгибаем сжатые в кулак пальцы.)*

Эта долька – для стрижа,

Эта долька – для котят,

Эта долька – для утят.

Эта долька – для бобра,

А для волка – кожура. *(Гладим рукой то по одной кисти, то по другой.)*

Он сердит на нас – беда! *(Грозим пальцем.)*

Разбегайтесь кто куда! *(Пальцы «убегают».)*

Давайте споем песенку про ежика, чтоб ему стало с нами еще веселее.

4. Музыкальная игра «Жил в лесу колючий ежик»

Жил в лесу колючий ежик – да, да, да, *(Дети, взявшись за руки, идут по кругу.)*

Был клубочком и без ножек – да, да, да.

Не умел он хлопать – хлоп, хлоп, хлоп, *(Хлопают в ладоши.)*

Не умел он топать – топ, топ, топ, *(Топают ногами.)*

Не умел он прыгать – прыг, прыг, прыг, *(Прыгают на месте.)*

Только носом шмыгал – шмыг, шмыг, шмыг.

В лес зайчата приходили – да, да, да, *(Дети, взявшись за руки, идут по кругу.)*

И ежа всему учили – да, да, да.

Научили хлопать – хлоп, хлоп, хлоп, *(Хлопают в ладоши.)*

Научили топать – топ, топ, топ, *(Топают ногами.)*

Научили прыгать – прыг, прыг, прыг, *(Прыгают на месте.)*

А он их – носом шмыгать – шмыг, шмыг, шмыг.

А еще зайчата научили ежонка играть в разные игры. А вы любите играть? *(Ответы детей.)*

5. Игра «Кошечки и собачки»

Первый этап игры. Ведущий в произвольном порядке говорит слова «кошечка» или «собачка». Дети должны подражать звукам, которые издает названное животное.

Второй этап игры. Ведущий на ушко говорит каждому ребенку слово «кошечка» или «собачка». По команде ведущего каждый ребенок начинает издавать звуки, подражая тому животному, название которого ему сказал ведущий. Издавая звуки, дети должны перемещаться по комнате и найти своих «сородичей».

Игру можно усложнить, разбивая детей на четыре команды: «кошечки», «собачки», «петушки», «курочки».

6. Психогимнастика «Ежики»

Педагог произносит текст, а дети выполняют образноимитационные движения по тексту.

Ребята, давайте сами превратимся в ежиков! Для этого

скажем волшебные слова: «Вокруг себя повернусь и в ежонка превращусь».

(Дети поворачиваются вокруг себя.) Разбежались ежики по полянке. *(Дети ползают на четвереньках.)* Видят – навстречу лиса. Ежики испугались и свернулись клубочками. *(Дети останавливаются, группируются.)* Лиса мимо прошла, ежики дальше побежали, навстречу – волк, ежики опять свернулись в клубочки. *(Дети бегут, потом останавливаются и группируются.)* Волк мимо прошел, ежики к маме побежали. В свой домик забежали и услышали, что начался дождик. *(Включаются звуки дождя.)* Мама говорит: «Пора спать, малыши». Ежики легли на спину и закрыли глаза. Они спали и слушали, как шумит по листочкам дождик. *(Дети лежат на ковре, отдыхают, расслабляются. Психолог учит детей вдыхать через нос. Затем дети потягиваются, поднимаются.)*

7. Прощание, выход из сказки

Ребята, нам пора возвращаться из сказки. Скажем волшебные слова: «Вокруг себя повернусь и в ребенка превращусь». *(Дети поворачиваются вокруг себя.)*

Психолог еще раз называет имена детей. Все встают в круг, и каждый ребенок кладет одну ладонь на ладонь психолога, таким образом получается «звездочка». Все говорят хором: «До-сви-да-ния!» Таким ритуалом заканчиваются все встречи.

Игровой сеанс 2

Задачи:

развитие у детей уверенности в себе; преодоление чувства робости от общения с большим количеством новых детей; развитие чувства сплоченности; развитие умения сочувствовать, помогать друзьям.

Материалы:

игрушки – ежик, заяц; подушка или другой мягкий предмет; маленькие обручи по количеству детей и один большой; шапочка «зайчика»; музыкальные композиции; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я рада вас видеть! *(Показывает игрушку-ежика.)* Посмотрите, кто к нам снова пришел. Вы его узнали? Как его зовут? *(Ответы детей.)* Давайте напомним ему наши имена.

1. Игра «Запоминаем имена»

На первом этапе дети садятся в круг на полу и передают друг другу по кругу мягкий предмет (подушку). Получивший подушку громко называет свое имя. Все внимательно слушают и стараются запомнить это имя. На втором этапе подушка снова движется по кругу, все дети громко выкрикивают имя ребенка, который получил подушку. На третьем этапе подушка произвольно перекидывается через круг. Группа снова хором выкрикивает имя ребенка, который получил подушку.

Помните, на нашей прошлой встрече я рассказывала вам о том, как ежонок Пыф собирался пойти в лесной детский сад. Хотите узнать, что было дальше?

2. Работа со сказкой

Первый день в детском саду

Утром Пыф встал очень рано, сам умылся, почистил зубы, пригладил свои колючки, с удовольствием скушал завтрак и вместе с мамой отправился на соседнюю полянку в лесной детский сад.

Под большим раскидистым дубом сидела тетушка Медведица, а вокруг нее бегали разные ребята-зверята: зайчата, бельчата, барсучата, лисята, волчата. Их было много, и ежонок сначала боялся подойти к ним. Но тетушка Медведица ласково позвала Пыфа, подвела его к остальным зверятам и сказала: «Дети, посмотрите, кто нам пришел. Это ежонок, его зовут Пыф. Возьмите его к себе в игру». Все зверята обступили Пыфа и стали наперебой расспрашивать, тормошить, теребить. Ежонок растерялся и хотел расплакаться, но тут всех позвали кушать. Зверята пили вкусное какао и ели ароматные булочки, которые испекла для них тетушка Зайчиха. Потом к ежонку подошел Зайчонок и позвал играть. Пыф с радостью согласился. Играть с Зайчонком было весело и интересно, но вдруг Пыф вспомнил о маме и загрустил. «А вдруг мама забудет про меня, и я останусь здесь навсегда?» – подумал Пыф и горько заплакал. «Что случилось, малыш?», – ласково спросила тетушка Медведица.

«Я хочу к маме!» – прохныкал Пыф. «Успокойся, малыш, мама любит тебя и обязательно придет. А пока давай приготовим для мамы сюрприз», – и Медведица повела зверят собирать букеты из осенних листьев. На полянке росло много деревьев, листья у них были

разного цвета, разного размера. Там были кленовые, березовые, осиновые, рябиновые, липовые, дубовые листья.

А когда пришла мама, Пыф рассказал ей, как прошел его первый день в детском саду, и подарил букет из осенних листочков.

– Какая красота! – порадовалась мама и поцеловала ежонка в нос. И он понял, что мама любит его и всегда будет за ним приходить.

– Пыф, а ты завтра придешь? – спросил Зайчонок.

– Конечно, приду! – весело ответил Пыф.

Вопросы для обсуждения:

– Что почувствовал ежонок, когда оказался в лесном детском саду?

– С кем первым подружился ежонок?

– Кто успокоил ежонка?

– Что почувствовал каждый из вас, когда впервые оказался в детском саду?

Вы хотите поиграть вместе с ежонком Пыфом и Зайчонком? *(Ответы детей.)* Давайте поиграем с нашими пальчиками.

3. Пальчиковая игра «На лужок»

На лужок пришли зайчата, *(Энергично сжимаем и разжимаем кулаки.)*

Медвежата, барсучата,

Лягушата и енот. *(При назывании каждого зверька попарно соединяем пальцы двух рук – сначала большие с большими, потом указательные с указательными и т. д.)*

Приходи и ты, дружок! *(«Маним к себе» пальцем.)*

4. Музыкальная игра

«Зайка серенький» (для средней группы)

Зайка серенький сидит, *(Дети сидят на корточках.)*

Он ушами шевелит, *(Показывают на голове заячьи «ушки».)*

Вот так и вот так

Он ушами шевелит.

Зайка серенький сидит, *(Дети сидят на корточках.)*

Хвостик зайка шевелит *(Показывают «хвостик».)*

Вот так и вот так

Хвостик зайка шевелит.

Зайка маленький устал, *(Стоя: складывают сложенные ладони под щеку.)*

Зайка маленький поспал,
Вот так и вот так
Зайка маленький поспал.
Зайка маленький поспал, (*Стоя: потирают ладони друг о друга.)*
Зайка лапоньки размял,
Вот так и вот так

Зайка лапоньки размял.
Зайке холодно сидеть, (*Дышат на ладони.)*
Надо лапоньки погреть,
Вот так и вот так
Надо лапоньки погреть.

Зайке холодно стоять, *(Прыжки на месте.)*
Надо зайке поскакать,
Вот так и вот так
Надо зайке поскакать.

«Шел король по лесу» (для старшей и подготовительной групп)

Шел король по лесу, по лесу, по лесу, *(Дети идут по кругу.)*

Нашел себе принцессу, принцессу, принцессу. *(Ведущий выбирает себе пару.)*

Давай с тобой попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем, *(Прыжки на месте.)*

Ножками подрыгаем, подрыгаем, подрыгаем, *(Прыжки попеременно то на правой, то на левой ноге.)*

Ручками похлопаем, похлопаем, похлопаем, *(Хлопают в ладоши.)*

Ножками потопаем, потопаем, потопаем. *(Топают ногами.)*

Несколько раз, с убыстрением темпа.

5. Подвижная игра «Бездомный заяц»

На полу лежат обручи по количеству детей. Психолог объясняет правила игры.

В нашем сказочном лесу живет множество зайчишек. У каждого из них есть свой домик. Давайте превратимся в зайчиков («Вокруг себя повернусь и в зайчика превращусь»), занимайте свои домики. Пока звучит музыка, все зайчишки могут бегать по полянке, прыгать и веселиться, но когда музыка перестанет играть, появляется волк, он ловит зайчат, а они должны спрятаться в домики. А волк иногда ломает от злости заячьи

домики, и зайчишки остаются бездомными. Но их могут позвать в свои домики другие зайчишки. Ребята, будьте, пожалуйста, внимательны, не оставляйте других зайчиков на съедение волку.

Во время игры психолог убирает по одному обручу, дети должны позвать в свой «домик» бездомного зайца. В конце все должны оказаться в одном обруче, крепко держась друг за друга. (Для того чтобы все дети поместились в одном обруче, психолог незаметно меняет маленькие обручи-«домики» на один большой.)

Ребята, маленький Зайчонок, оказывается, очень любит играть в прятки. Ему нравится угадывать голоса своих друзей. Давайте и мы поиграем в эту игру.

6. Игра «Угадай по голосу»

Выбирается водящий-ребенок. Ему на голову надевают шапочку «зайчика». Он стоит в кругу, закрыв глаза. Остальные дети ходят по кругу и поют:

Зайчик, с нами поиграй,
Ну-ка, глазки закрывай,
Кто позвал тебя, пойми,
Имя друга назови!

В это время взрослый незаметно дотрагивается до одного из детей. Этот ребенок говорит: «Зайчик, ау!» Водящий должен угадать, кто его позвал. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не побывают в роли ведущего.

7. Релаксация

Зайчата устали играть и легли отдыхать. *(Дети ложатся на спину.)* Мама Зайчиха стала петь им колыбельную песенку. Зайчата закрывают глаза и засыпают, а мама ходит возле их кроваток и гладит каждого по голове. *(Звучит негромкая музыка для расслабления, психолог подходит к каждому ребенку и осторожно поглаживает по рукам, ногам, голове, проверяя, все ли дети хорошенько расслабились.)*

8. Прощание. Выход из сказки

Игровой сеанс 3

Задачи:

сплочение детской группы; преодоление упрямства; выявление вкусовых предпочтений детей.

Материалы:

игрушки – ежик, лиса; воздушный шарик; мягкий мячик; музыкальные композиции; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас всех видеть! Давайте напомним ежонку Пыфу и Зайчонку наши имена.

1. Игра «Настроение»

По кругу передается мячик. Каждый ребенок говорит о том, какое у него сегодня настроение: «Меня зовут… У меня сегодня… настроение».

Я начну: меня зовут… У меня сегодня радостное настроение.

Ежонок Пыф и Зайчонок очень подружились в лесном детском саду. Но, кроме них, на полянке было много и других зверят. Хотите послушать продолжение сказки про ежонка Пыфа? *(Ответы детей.)*

2. Работа со сказкой

Упрямый Лисенок

Каждое утро ежонок Пыф ходил в лесной детский сад. Иногда он даже торопил маму, чтобы идти быстрее, ведь там, на полянке, было так весело и интересно. Пыф нашел себе друзей и с радостью ждал встречи с ними.

Как-то раз на завтрак в лесном детском саду давали вкусную овсяную кашу. Все зверята принялись с удовольствием ее кушать. Только Лисенок к каше даже не притронулся.

– Что случилось? – заботливо поинтересовалась тетушка Медведица. – Ты, случайно, не заболел?

– Ешьте сами вашу кашу, – нагрубил Лисенок, – я овсяную кашу не ем.

– Очень жаль, – ответила Медведица, – ведь тогда с тобой может приключиться грустная история, как с котенком Мурзиком.

– А что за история? – насторожился Лисенок.

И тетушка Медведица начала рассказывать:

– Жил-был котенок. Звали его Мурзик. Он очень любил есть конфеты и печенье. А овсяную кашу совсем не любил. И вот однажды котенок заболел: шерстка у

него стала тусклой и редкой, зубки – желтыми, коготочки затупились, а глазки стали грустными. Лежит Мурзик на траве, ничего не ест, не играет, не бегает. Мимо прогуливалась тетя Лошадь. Увидела она котенка и спросила:

– Что с тобой случилось? Почему ты не играешь? Посмотри, какая чудесная погода!

– Я очень-очень серьезно заболел, – грустно ответил котенок, – у меня совсем нет сил.

– Это все потому, что ты не любишь овсяную кашу, – ответила тетя Лошадь. – Она придает силы, а шерсть от нее становится блестящей и красивой – взгляни-ка на меня!

И тетя Лошадь взмахнула своей роскошной гривой.

– А разве ты ешь овсяную кашу? – удивился котенок.

– Я ем овес каждый день. Это такое зерно, из которого делают овсяные хлопья. Потом хлопья варят в молоке, добавляют сахар, соль, сливочное масло, и получается вкусная и полезная овсяная каша (тетя Лошадь даже глаза зажмурила от восторга). Только нам, лошадкам, ее не дают.

– Я буду, буду есть овсяную кашу! – громко закричал котенок и побежал домой.

С тех пор он всегда кушает овсяную кашу, и шерсть у него стала гладкой и блестящей, зубки белыми, коготки острыми, а глазки веселыми.

Тетушка Медведица закончила рассказывать сказку, и все посмотрели на Лисенка. Его тарелка была пуста.

– Я тоже хочу быть красивым и сильным, – сказал Лисенок. – Теперь я всегда буду есть овсяную кашу.

Вопросы для обсуждения:

– Что не захотел кушать Лисенок на завтрак?

– Что рассказала зверятам Медведица?

– Почему котенок Мурзик заболел?

– Кто рассказал котенку о пользе овсяной каши?

Дети, а вы кушаете все, что вам дают в детском саду на завтрак, обед и полдник? А что вы любите больше всего? ***(Ответы детей.)*** А теперь давайте играть вместе с ежонком Пыфом, Зайчонком и Лисенком. Сначала приготовим наши пальчики.

3. Пальчиковая гимнастика «Лисичка» [2]

Шла лисичка в гости, *(«Шагаем» пальчиками.)*

Забралась на мостик, *(Делаем «купол» из соединенных пальцев.)*

Прыгала, скакала, *(Указательный и средний пальцы «прыгают по мостику».)*

С мостика упала, *(Хлопок по коленям.)*

В речку попала, *(Волнообразные движения двумя руками.)*

Рыбок напугала. *(Волнообразные движения кистями.)*

«Как намокла шубка – ой! *(Держим себя за щеки.)*

Побегу-ка я домой». *(Изображаем движения убегающей лисы.)*

А сейчас мы с вами поиграем в любимую игру Лисенка.

4. Музыкальная игра «У оленя дом большой»

У оленя дом большой, *(Показываем ветвистые рога над головой.)*

Он глядит в свое окно – *(Прикладываем ладонь ко лбу.)*

Заяц по полю бежит, *(Показываем, как прыгает заяц.)*

В дверь к нему стучится:

Тук-тук, дверь открой, *(Стучим по ладони кулаком.)*

Там, в лесу, охотник злой. *(Большим пальцем показываем за свое плечо.)*

Зайка, зайка, забегай, *(Маним зайца.)*

Лапу мне давай! *(Хлопаем в ладоши.)*

Ребята, как вы думаете, у зверят в лесу есть одежда? А обувь? *(Ответы детей.)* А у нас есть. Давайте мы с вами научим Лисенка, Зайчонка и ежонка Пыфа играть.

5. Игра «Туфелька»

Все дети садятся в круг на ковер. Пусть каждый снимет одну туфельку и держит ее в правой руке. Дети топают перед собой туфелькой и говорят слова:

Это ты, это я,
Это туфелька моя
С нами песенку поет,
От меня к тебе идет.

Каждый раз после этих слов ребенок передает туфельку своему соседу справа. Затем дети снова читают стихотворение и передают туфельки. И так далее, пока в руке у каждого снова не окажется собственная туфелька. Тогда все поднимают каждый свою туфельку и вместе громко говорят: «Это туфелька моя!»

Ежонок Пыф и Зайчонок приняли Лисенка в свою игру. Тетушка Медведица сказала им, что нужно дружить. А вы

дружные ребята? Сейчас мы это проверим.

6. Игра «Непослушный шарик»

Все дети встают в круг и берутся за руки. Руки разжимать нельзя. В круг запускается воздушный шарик. Задача участников – без помощи рук удерживать шарик в кругу.

7. Релаксация

Вот и наступил вечер. Всех зверят забрали по домам. Лисенок тоже пошел домой вместе с мамой Лисой. Они жили в норке под елкой. Там мама Лиса уложила Лисенка спать. *(Все дети ложатся на спину, закрывают глаза, звучит музыка.)* Мама Лиса подходит к каждому лисенку и гладит его по голове. Лисятам снятся красивые разноцветные сны.

8. Прощание, выход из сказки

Игровой сеанс 4

Задачи:

снижение у детей уровня тревоги; уменьшение агрессивности по отношению к сверстникам; развитие произвольности в поведении, умения следовать правилам игры.

Материалы:

игрушки – ежик, волк; мягкий мячик; музыкальные композиции; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас всех видеть! Посмотрите, кто сегодня пришел к нам в гости. Давайте с ним познакомимся. ***(Показывает детям волчонка.)***

1. Игра «Знакомство с Волчонком»

Дети передают игрушку по кругу и говорят: «Здравствуй, Волчонок! Меня зовут…»

Этот Волчонок тоже ходит в лесной детский сад. Вот послушайте, какая с ним однажды произошла история.

2. Работа со сказкой

Сказка про Волчонка, который хотел кусаться

В тот день погода в лесу была нерадостная. С самого утра небо заволокло серыми-серыми тучами, которые

были похожи на комья прошлогодней волчьей шерсти и на грязный весенний снег. Пыф выглянул из своей норки и немного расстроился – ведь сегодня они собирались пойти вместе с тетушкой Медведицей в поход за желудями. Но пошел мелкий дождик, и поход пришлось отложить.

Настроение у Волчонка было такого же серого цвета, как небо и тучи. А еще очень хотелось кусаться. Волчонок потянулся носом к небу и хотел укусить проплывавшую мимо тучу, но только щелкнул в воздухе зубами. Настроение стало еще хуже.

Тогда Волчонок подкрался к Зайчонку и укусил его за ушко: «Кусь!» «Ай! – вскрикнул Зайчонок. – Ты чего кусаешься?» «Р-р-р-р-р, – проворчал Волчонок. – У меня сегодня плохое настроение». Зайчонок шмыгнул носом и отошел в сторонку. Волчонок подошел к Бельчонку и укусил его за хвостик: «Кусь-кусь!» «Ой-ей-ей! – заверещал Бельчонок. – Ты что это хулиганишь?» «Я хочу кусаться!» – прорычал Волчонок.

Услышал это Пыф и подкатился к Волчонку: «Хочешь кусаться? Тогда меня укуси!» Волчонок щелкнул зубами, а Пыф в клубочек свернулся – кругом одни колючки торчат! Никак Волчонок Пыфа укусить не может, только нос себе уколол.

«Ты чего колешься?!» – захныкал Волчонок. «А ты не кусайся!» – ответил Пыф.

Подошла к ним тетушка Медведица и сказала: «Хватит вам ссориться! Ты не можешь исправить погоду, так начни относиться к ней по-другому! А в этом тебе помогут друзья. Но если будешь кусаться, всех друзей растеряешь!» «Я больше так не буду!» – сказал Волчонок и пошел мириться с Зайчонком и Бельчонком.

Вопросы для обсуждения:

– Почему грустил ежонок Пыф?

– Какое настроение было у Волчонка?

– Когда у вас бывает плохое настроение?

– Что нужно делать, чтобы настроение улучшилось?

Ребята, давайте покажем, как Волчонок умел кусаться. Только делать это будем легонько и показывать на себе.

3. Пальчиковая игра «Серенький волчок»[3]

Прибежал к нам в сад волчок *(«Шагаем» пальцами.)*

И уселся в уголок: *(Показываем «уголок» из ладоней.)*

«Ты не тронь меня, дружок, *(Грозим пальцем.)*
Укушу тебя за бок! *(Складываем кисти щепотью.)*
Кусь-кусь-кусь!» *(Слегка пощипываем себя за названную часть тела.)*

Игра повторяется несколько раз, проговариваются разные части тела.

Все зверята позвали Волчонка танцевать. Вставайте тоже в веселый хоровод. Начнем играть в игру «Четыре шага».

4. Музыкальная игра «Четыре шага»

Дети выполняют образно-имитационные движения по тексту. Игра проводится с ускорением темпа.

Вперед четыре шага,
Назад четыре шага —
Кружится, кружится наш хоровод,
Ручками похлопали,
Ножками потопали,
Плечиком подрыгали,
А потом попрыгали.

Выполняется с ускорением темпа.

Волчонку очень понравилось играть вместе со зверятами, и он тоже предложил свою игру. Называется она «Волчок». Давайте и мы с вами в нее поиграем.

5. Подвижная игра «Волчок»

Дети встают в круг, с помощью считалки выбирают «волка».

Серый, серенький волчок,
Ты не прячься в уголок,
Будем мы с тобой дружить!
Выходи, тебе водить!

«Волку» надевают повязку на глаза. По сигналу ведущего дети разбегаются по комнате. Под музыку все «зверята» «играют на полянке». По сигналу «Волк идет!» все замирают. Ребенок, оказавшийся в роли волка, ищет других детей и с закрытыми глазами определяет, кого именно он поймал.

В этот дождливый осенний день Волчонок понял, что погода совсем ни при чем, а настроение может стать лучше, если играть со своими друзьями. А дождик, оказывается, тоже может быть

добрым и ласковым.

6. Игра «Ласковый дождик»

Дети садятся по кругу друг за другом. Каждый кладет ладони на спину впереди сидящего. По тексту выполняют движения кончиками пальцев по спине.

Подул легкий прохладный ветерок *(поглаживание ладонями),* собрались большие тучи *(круговые движения ладонями),* и пошел дождик *(легкие прикосновения кончиками пальцев).* Сначала дождик был мелким… потом сильнее… потом начался ливень *(стучим пальцами по спине с разной интенсивностью).* Но любой дождик когда-нибудь заканчивается. И вот он становится тише… еще тише… и наконец стихает *(прикосновения пальцев с убыванием интенсивности)*. Снова прошелестел ветерок *(гладим по спине ладонями),* и все затихло.

7. Релаксация

Вечером Волчонок лежал в своем логове, прижимаясь к теплому боку мамы Волчицы, и думал о том, что день может быть веселым и интересным, даже если погода пасмурная и идет осенний дождик. А дождик все стучал и стучал по траве, по дорожкам, по листикам, и Волчонку казалось, что дождь рассказывает ему какую-то очень интересную сказку или мурлычет тихую песенку.

8. Прощание, выход из сказки

Игровой сеанс 5

Задачи:

формирование толерантного отношения к сверстникам; развитие умения сочувствовать, сопереживать, помогать другим в преодолении трудностей; развитие слухового внимания.

Материалы:

игрушки – ежик, медведь; мягкий мячик; мягкие модули; канат; для старших детей – платки; музыкальные композиции; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас всех видеть! Давайте поздороваемся ладошками.

1. Игра «Приветствие»

Дети соприкасаются ладонями рук, смотрят друг другу в глаза и говорят: «Здравствуй, (имя)… Ярад(а) тебя видеть». Приветствие передают по кругу.

Ребята, сегодня к нам в гости пришел еще один зверь из лесного детского сада. Это Медвежонок. Вот какую сказку о нем я хочу вам рассказать.

2. Работа со сказкой

Неуклюжий Медвежонок

Медвежонок был большим, медлительным и неуклюжим.

Он постоянно всех задевал, толкал и даже ронял. Когда зверята играли в салки, Медвежонок бегал медленнее всех, часто падал и наступал на ноги другим зверятам. И на прогулке то и дело слышалось: «Медвежонок, ну что же ты такой неловкий!», «Медвежонок, ты сломал нашу постройку!», «Медвежонок отдавил мне лапку!», «Ай! Медвежонок меня толкнул!» Никто не хотел играть с Медвежонком. Он и сам не хотел ни с кем играть. Сядет под дерево в стороне от других зверят и сидит.

Как-то раз Медвежонок, как обычно, сидел под деревом и играл с еловой шишкой. Вдруг подул сильный ветер, и большое старое дерево со скрипом повалилось на полянку, где играли зверята. Все бросились врассыпную. Только Лисенок не успел убежать – его красивый пушистый хвостик придавило деревом. «Ай-яй-яй! Спасите! Помогите!» – плакал Лисенок. Он прыгал вокруг ствола, старался выдернуть свой хвостик, толкал дерево лапками, но ничего не получалось. Тогда подошел Медвежонок, уперся своими большими лапами в дерево и сдвинул его с места. Лисенок оказался на свободе. «Спасибо тебе! – сказал Лисенок. – Как хорошо, что ты такой сильный!»

А чуть в сторонке Бельчонок прыгал возле куста орешника. Он никак не мог дотянуться до вкусных лесных орехов. И забраться на куст не получалось – ветки орешника тоненькие, гнутся, ломаются. И опять Медвежонок пришел на выручку: подошел к орешнику и наклонил ветки. Много орехов набрал Бельчонок, всех друзей смог угостить. «Спасибо тебе, Медвежонок! – улыбнулся Бельчонок. – Как хорошо, что ты такой находчивый!»

Зайчонок тренировался в меткости: он бросал шишки в маленькую лужицу, которая появилась после дождя. Он так торопился, хватал шишки, бросал, даже не успев прицелиться, – ни разу в лужу не попал! А Медвежонок взял шишку, неторопливо в лапе ее подержал, прицелился хорошенько, бросил – и прямо в середину лужи! «Ух ты, здорово! – удивился Зайчонок. – Ты такой меткий!»

Вечером тетушка Медведица сказала зверятам: «Сила может быть доброй, а медлительность – терпеливой! Помните об этом, зверята!» С тех пор у Медвежонка появилось много друзей, и он никогда не сидел один.

Вопросы для обсуждения:

– Каким был Медвежонок?

– Почему другие зверята на него обижались?

– Что случилось с Лисенком? Кто ему помог?

– Как ты понимаешь слова, которые сказала Медведица: «Сила может быть доброй, а медлительность – терпеливой»?

Как вы думаете, почему таким был Мишка? Может быть, в него попала шишка?

3. Пальчиковая гимнастика «Мишка косолапый»

Мишка косолапый по лесу идет, *(«Идем» кулаками.)*

Шишки собирает, песенки поет. *(Делаем хватательные движения.)*

Вдруг упала шишка прямо мишке в лоб, *(Легонько хлопаем себя по лбу.)*

Мишка рассердился *(Показываем, как «царапаемся».)*

И ногою – топ! *(Хлопок в ладоши.)*

Не пойду я больше по лесу гулять!

Не пойду я больше шишки собирать! *(Грозим то одним, то другим пальцем.)*

Давайте мы с вами сейчас сами превратимся в медвежат и поиграем.

4. Музыкальная игра «Медвежата»

Дети выполняют образно-имитационные движения по тексту.

Медвежата в чаще жили,
Головой они крутили,
Вот так, вот так

Головой они крутили.

Медвежата мед искали,
Дружно дерево качали,
Вот так, вот так
Дружно дерево качали.

А потом они ходили
И из речки воду пили,
Вот так, вот так
И из речки воду пили.

А потом они плясали,
Лапы выше поднимали,
Вот так, вот так
Лапы выше поднимали.

Медведи очень любят мед. А кто мед делает? *(Пчелы.)* Давайте поиграем в медведя и пчел. Сможет ли медведь узнать пчелу по голосу?

5. Игра «Угадай, кто жужжит»

Дети встают по кругу, с помощью считалки выбирается ведущий. Ему на голову надевается шапочка медведя. Он закрывает глаза. Кто-нибудь из детей издает звук: «Ж-ж-ж-ж». Ребенок в роли медведя должен угадать, кто жужжал. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не побудут в роли медведя.

Медвежата отправились в поход. Но на их пути встретилось много разных препятствий. Помните, ребята, что медвежонок из сказки был добрым и сильным, поэтому все медвежата помогают друг другу.

6. Игра «Опасная тропинка»

Дети берутся за руки вереницей и идут друг за другом по «полосе препятствий» (мягкие модули, крупные игрушки). Руки размыкать нельзя. Взрослый отдельно говорит детям о том, насколько важно дойти до конца всем, помогать друг другу в пути.

Для детей старшего возраста дополнительно предлагается игра ***«Разноцветные платки».*** *Психолог говорит детям:* «Медвежонок решил научиться двигаться красиво и даже пошел в танцевальный кружок. А все зверята решили ему помочь – научить двигаться красиво, легко и плавно. Давайте покажем медвежонку, как нужно красиво танцевать с платочком». *(Каждый*

из детей выбирает для себя легкий газовый платок и танцует под медленную мелодию.)

7. Релаксация

Медвежата вернулись из своего путешествия и легли отдыхать. *(Дети ложатся на ковер.)* В лесу шумел ветерок, а в берлоге у медведей было тихо и тепло. Мама Медведица подходила к каждому медвежонку и гладила его по голове. *(Психолог поглаживает детей по рукам, ногам, голове, проверяя, насколько хорошо они расслабились.)*

8. Прощание, выход из сказки

Игровой сеанс 6

Задачи:

развитие умения действовать в соответствии с правилами игры; развитие зрительного восприятия; сплочение группы; развитие умения действовать сообща; преодоление двигательных автоматизмов; развитие произвольности.

Материалы:

игрушки – ежик, белка; мягкий мячик; магнит; скрепки; ленточки разных цветов; колокольчик; легкая ткань; перо; музыкальные композиции; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас всех видеть! Сегодня ежонок Пыф принес вам один волшебный предмет.

1. Игра «Магнит»

Посмотрите, что у меня есть. Это магнит. Он притягивает к себе металлические предметы. Я хочу вам сегодня предложить игру, которая называется «Магнит». Каждый из вас может побыть в роли магнита, а все остальные в этот момент будут железными скрепками. Пока звучит музыка, вы можете красиво и плавно двигаться по всей комнате. Когда музыка остановится, я громко назову кого-нибудь из вас по имени (например: Паша). Тогда вы все должны будете подбежать к мальчику с таким именем и ласково к нему прикоснуться. Можно при этом говорить ему красивые и добрые слова. Когда музыка снова зазвучит, вы опять начнете двигаться, но будьте внимательны, скоро я назову еще чье-то имя. *(Игра продолжается до тех пор, пока все дети не побудут в роли магнита.)*

Как хорошо, что каждому удалось побывать в роли магнита. Кому понравилось быть магнитом, а кому не понравилось? *(Ответы детей.)* А теперь посмотрите, с кем пришел сегодня ежонок Пыф. Я хочу рассказать вам про него сказку.

2. Работа со сказкой

Шустрый Бельчонок

В лесном детском саду ежонок Пыф подружился с Зайчонком и Медвежонком. С Зайчонком – потому, что с ним было весело играть, а с Медвежонком – потому, что он был добрым, сильным и не любил играть в быстрые игры.

А вот Бельчонок – наоборот, любил играть в подвижные игры, любил прыгать, скакать и вообще был очень шумным. Ни минутки не сидит на месте: только что играл в салки с другими зверятами, через секунду уже карабкается на дерево, то кидается шишками в Лисенка, то дергает за хвост Волчонка. Вот он разбежался и прыгнул, а вот уже потирает лапкой ушибленный лоб, то плачет, то смеется, совсем не устает.

Сложно с ним тетушке Медведице. А особенно сложно Бельчонка спать уложить. После обеда в лесном детском саду было принято отдыхать. Все зверята ложились в свои кроватки и вскоре засыпали, а Бельчонок ворочается с боку на бок, сопит, пыхтит – никак не заснет. И что с ним тетушка Медведица только не делала: и по голове гладила, и сидела рядом, и песенку колыбельную тихонько напевала. А Бельчонок все не спит и другим не дает. «Эх, Бельчонок, Бельчонок, – сокрушалась тетушка Медведица, – вот если бы ты хоть раз побывал в Тихой стране…» «А что это за страна такая?» – насторожился Бельчонок. «Если ты будешь лежать тихо и с закрытыми глазками, может быть, ее и увидишь», – ответила тетушка Медведица. Бельчонок накрылся одеялом, глаза закрыл и ждет – не появится ли волшебная Тихая страна. Но ничего не происходит. Только стало вокруг тихо-тихо, как будто все исчезли. Не удержался Бельчонок, открыл один глаз. Видит – сидит на его кровати кто-то незнакомый. Этот кто-то был белый, пушистый и легкий, как перышко.

– Кто ты? – удивленно спросил Бельчонок.

– Я житель Тихой страны, – ответил незнакомец. – Меня зовут Тишуля. Хочешь, я покажу тебе свою страну?

– Конечно, хочу! – крикнул Бельчонок и подпрыгнул на своей кровати.

– Только там нужно вести себя очень спокойно, чтобы не спугнуть Тишину, – прошептал житель Тихой страны. – Тебе будет очень трудно, но если захочется пошалить, или громко закричать, или быстро побежать, скажи волшебные слова:

С тишиною я дружу,
Хорошо себя веду.
Всем на свете докажу,
Что в руках себя держу.

– И тогда ты сможешь увидеть и услышать то, чего никогда раньше не замечал.

Пушистый житель Тихой страны взмахнул легким перышком, и все вокруг изменилось: Бельчонок увидел Тихую страну. Дорожки там были посыпаны мелким белым песочком, по ним тихо ходили белые пушистые жители, вокруг росла мягкая трава, она тоже была покрыта мелким пушком, чтобы не шелестеть от ветра. Вдоль дорожки стояли белые домики. Казалось, что они тоже покрыты мехом. Тишуля водил Бельчонка по Тихой стране и шепотом рассказывал о ней. Несколько раз Бельчонку хотелось громко вскрикнуть или побежать, но он говорил шепотом волшебные слова и терпеливо ждал, что же будет дальше.

– Если научиться прислушиваться к тишине, можно услышать много разных звуков, которые ни за что не услышишь, когда шумно, – сказал Тишуля.

Бельчонок закрыл глаза и прислушался: сначала он слышал только тишину, но потом его ушки стали различать разные звуки: тихий шорох упавшего листочка, нежное журчание ручейка, тонкий писк комарика. Потом он открыл глаза и увидел, как маленькая божья коровка карабкается по стебельку травы, как собираются на листочке дождевые капельки, как деловито шагают куда-то муравьи.

– Как здорово! – восторженно прошептал Бельчонок. – Как много всего интересного в Тихой стране!

– Все это можно увидеть и услышать не только в

Тихой стране, но и в твоем лесу тоже, – сказал Тишуля. – Я верю, что когда-нибудь ты сможешь услышать, как вздохнула бабочка, и увидеть, как играет на своей скрипке кузнечик. Просто надо уметь сидеть спокойно и наблюдать. Сегодня ты целых пять минут прислушивался, и все у тебя получилось. Похвали себя за это, скажи себе: «Я – молодец!» И хвали каждый раз, когда у тебя будет получаться.

Бельчонок улыбнулся сам себе и… проснулся. А где же Тихая страна? Вокруг него стояли зверята и удивлялись тому, что Бельчонок так долго спал.

– Теперь я научусь хорошо себя вести, – сказал всем Бельчонок. – Ведь я знаю волшебные слова и побывал в Тихой стране.

Вопросы для обсуждения:

– С кем дружил ежонок в лесном детском саду? Почему?
– Каким был Бельчонок?
– Почему Медведице было сложно его укладывать спать?
– С кем однажды встретился Бельчонок? Куда он попал?
– Чему научился Бельчонок в Тихой стране?

Скажите, ребята, а у вас бывает так, что вы много бегаете, прыгаете и никак не можете остановиться? *(Ответы детей.)* А вы хотите попробовать научиться терпению, как Бельчонок? Давайте попробуем. Сначала поиграем с нашими пальчиками.

3. Пальчиковая гимнастика «Белка»

Сидит белка на тележке, *(Хлопки по коленям ладонями.)*
Раздает она орешки, *(Удары кулачком по кулачку.)*
Лисичке-сестричке, *(Загибаем по очереди пальцы на обеих руках.)*
Ежику, синичке,
Мишке толстопятому,
Заиньке усатому.

Жители Тихой страны очень любят спокойную музыку. Им нравится красиво танцевать под нее с разноцветными ленточками. Хотите попробовать? *(Ответы детей.)*

4. Музыкальная игра: «Разноцветные ленточки»

У детей в руках разноцветные ленточки. Под музыку дети танцуют с ленточками.

Вариант игры для средней группы. *По команде ведущего (один хлопок в ладоши) дети должны найти пару: встать с*

ребенком, у которого в руках ленточка такого же цвета. Танец продолжается в парах.

Вариант игры для детей старшего возраста. *Один хлопок – танцуют мальчики, два хлопка – танцуют девочки, три хлопка – все вместе. (Ленточки двух цветов: красные – у девочек, синие – у мальчиков.)*

Вариант игры для детей подготовительной группы. *Один хлопок – объединяются в пары с ребенком, у которого ленточка такого же цвета, два хлопка – объединяются в пары с ребенком, у которого ленточка другого цвета, три хлопка – все меняются ленточками, игра начинается с начала.*

А еще Бельчонок научился играть с колокольчиком.

5. Игра «Тихий колокольчик»

Все дети встают или садятся в круг. Одному из детей дается колокольчик, и он должен пройти по кругу так, чтобы колокольчик при ходьбе не издал ни звука. После того как ребенок обойдет весь круг, он останавливается около своего соседа, звенит в колокольчик и передает его соседу. Игра продолжается до тех пор, пока каждый из детей хотя бы один раз не пройдет с колокольчиком.

По вечерам жители Тихой страны вытряхивали свои простынки, но делали они это тоже тихо, спокойно и плавно. Бельчонку очень понравилось наблюдать за этим, и он предложил своим друзьям поиграть в эту игру.

6. Упражнение «Перо на ветру»

Дети встают или садятся вокруг большого полотна ткани (например, простыни), берутся за края обеими руками. Педагог медленно считает до трех, дети одновременно поднимают ткань и дают ей медленно опуститься. Когда у них получится совершать это движение одновременно, в середину полотна кладется легкое перо. Дети должны научиться плавно подбрасывать перо и не ронять его на пол.

7. Релаксация. Расслабление

С тех пор как Бельчонок побывал в Тихой стране, он всегда ложился спать с удовольствием *(дети ложатся на ковер),* закрывал глазки и думал о том, чему он смог научиться за сегодняшний день. Он представлял себе Тихую страну, прислушивался к своему дыханию, слушал звуки, которые живут в тишине.

8. Прощание, выход из сказки

Игровой сеанс 7

Задачи:

воспитание толерантного отношения к людям других национальностей; развитие чувства уверенности в себе; развитие слухового внимания; формирование чувства принадлежности к группе; развитие внимательности к другим людям.

Материалы:

игрушки – ежик, обезьяна; музыкальные композиции; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас всех видеть! Вы были когда-нибудь в цирке или в театре? Если были, то знаете, что там принято после выступления артистов громко хлопать в ладоши. Это называется аплодисменты. Пусть сейчас каждый из вас попробует побыть артистом, а все остальные будут ему аплодировать.

1. Игра «Аплодисменты»

Один ребенок встает в круг, а остальные хлопают. Можно при этом громко скандировать имя стоящего в кругу ребенка, например: «Ма-ша! Ма-ша!» Игра продолжается до тех пор, пока каждый из детей не побудет в центре круга.

Сегодня ежонок Пыф привел к нам необычного зверя. Кто это? *(Ответы детей.)* Скажите, живут ли в наших лесах обезьяны? Вам интересно узнать, как эта обезьянка здесь очутилась? Слушайте сказку про обезьянку Личи.

2. Работа со сказкой

Незнакомый зверь

Однажды утром в лесном детском саду случился настоящий переполох. Все зверята собрались вокруг старого дуба. Они размахивали лапками, громко спорили о чем-то и все вместе смотрели вверх, туда, где среди листвы прятался какой-то незнакомый зверек. Зверята никогда раньше не видели таких животных в своем лесу и поэтому спорили, как его зовут.

– Может быть, это белка? – предположил Зайчонок. – Этот зверь тоже хорошо лазает по деревьям.

– Но у него же нет такого пушистого хвоста, –

возразил Бельчонок. – Может, это волк? Вон как он скалит свои зубы.

– Но у него же совсем не такой нос, – обиделся Волчонок. – Может, это медведь? У него похожая шерсть и длинные передние лапы.

– Нет, – покачал головой Медвежонок. – А где же его длинные когти? Где круглые уши? Может быть, это заяц?

– Почему сразу заяц? – запищал Зайчонок. – Разве у него есть такие длинные уши?

Зверята пытались поговорить с незнакомцем, но тот только скалил зубы, кривлялся и гримасничал. А еще он делал вид, что совершенно не понимает, о чем его спрашивают.

Тут к зверятам подошла тетушка Медведица и ласково спросила:

– Что случилось, малыши? О чем вы спорите?

– Там, наверху, сидит незнакомый зверь! – разом загалдели зверята. – Он не хочет слезать к нам, а только кривляется и скалит зубы. Может быть, он опасен?

Тетушка Медведица пригляделась внимательно и сказала:

– Да это же маленькая обезьянка! Действительно, такие животные не живут в нашем лесу. Но мы ведь не обидим ее, правда, зверята?

– Да, да, да, не обидим! – хором закричали зверята.

– Слезай к нам, малыш! Давай знакомиться! – ласково позвала тетушка Медведица.

Обезьянка осторожно слезла с дерева и подошла к зверятам. Тетушка Медведица попросила всех встать в круг и сказать волшебные слова: «Мы рады тебя видеть!»

После этого обезьянка поверила, что ее здесь не обидят, и рассказала зверятам, что зовут ее Личи, что она жила раньше в бродячем цирке и вместе с ним ездила по разным городам и селам. К сожалению, хозяин плохо обращался с животными, и Личи убежала.

С тех пор обезьянка Личи осталась жить в лесном детском саду. А тетушка Медведица даже связала для нее шапку, шарф, варежки и теплые носки.

Вопросы для обсуждения:

– Какой зверек появился в лесном детском саду? Откуда он взялся?

– Как приняли обезьянку другие зверята?

– Как вы отнесетесь к ситуации, если в вашей группе появится

ребенок из другой страны?

Дети, а вы знаете, что есть такие маленькие обезьянки, которых называют мартышки? Личи очень с ними дружит и даже знает о них стихотворение.

3. Пальчиковая игра «Две мартышки»

Две мартышки, *(Показываем два пальца, затем на слово «мартышки» показываем «уши».)*

Слов не тратя, *(Прикладываем палец к губам.)*

Раз подрались на кровати. *(Изображаем «драку» кулаками на уровне груди.)*

Друг из друга в этой схватке *(Соединяем указательные пальцы.)*

Вышибли ума остатки. *(Ударяем кулаком по ладони.)*

Врач пришел, уселся в кресле *(«Шагаем» пальцами одной руки по второй руке, удерживаемой на уровне груди.)*

И сказал мартышкам: «Если *(На слово «сказал» подносим палец к губам, на слово «мартышкам» показываем «уши», на слово «если» – грозим пальцем.)*

Драться будете, мартышки, *(На слово «драться» показываем «драку», на слово «мартышки» – «уши».)*

Выгоню из этой книжки!» *(На слово «выгоню» делаем отрицательный жест рукой, на слова «из этой книжки» – двумя ладонями изображаем книгу.)*

В той стране, из которой приехала обезьяна, живут и другие животные. Давайте про них споем песенку. *(Дети подпевают и выполняют образно-имитационные движения по тексту песни – показывают указанные части тела.)*

4. Музыкальная игра «У жирафов»

Дети выполняют образно-имитационные движения по тексту.

У жирафов пятна, пятна,
Пятна, пятнышки везде. (2 раза)

На лбу, ушах, на шее, на локтях,
Есть на носах, на животах,
Коленях и носках.

У слонов есть складки, складки,
Складки, складочки везде. (2 раза)

На лбу, ушах, на шее, на локтях,
Есть на носах, на животах,

Коленях и носках.

У котяток шерстка, шерстка,
Шерстка, шерсточка везде. (2 раза)
На лбу, ушах, на шее, на локтях,
Есть на носах, на животах,
Коленях и носках.

А у зебры есть полоски,
Есть полосочки везде. (2 раза)

На лбу, ушах, на шее, на локтях,
Есть на носах, на животах,
Коленях и носках.

5. Игра «Подхвати ритм»

Взрослый задает какой-нибудь ритм хлопков. Дети внимательно слушают. Взрослый, не переставая хлопать, называет чье-то имя. Названный ребенок старается подхватить ритм. Теперь хлопают уже двое. Взрослый называет следующего – и так до тех пор, пока все дети не подключатся к общему ритму. После этого взрослый называет имя ребенка, который должен остановиться, потом следующего – и так до тех пор, пока не наступит полная тишина. Затем все слушают тишину в течение минуты.

6. Игра «Главная обезьяна»

Обезьяны очень любят повторять за другими разные движения, строить друг другу рожицы. Давайте и мы с вами немного побудем обезьянками. Я буду «главной обезьяной», которая показывает всем остальным движения, а вы повторяйте за мной.

После того как дети освоят игру, можно предложить им вариант посложнее. Выбирается ведущий-ребенок, который выходит за дверь. В это время педагог выбирает одного из оставшихся детей на роль «главной обезьяны». Когда ведущий заходит в комнату, «главная обезьяна» начинает показывать какие-то движения, а дети повторяют их. Задача ведущего – определить, кто является «главной обезьяной». Если ведущий угадывает, то ребенок, который был «главной обезьяной», становится ведущим, и выбирается другая «главная обезьяна».

Обезьянка очень любила море, ведь раньше она жила с ним рядом. Она научила зверят играть в волну. Хотите научиться и

вы? *(Ответы детей.)*

Игра «Волна»

Дети встают в круг, берутся за руки.

В море обычно бывают небольшие волны, и так приятно, когда они ласково омывают тебя. Давайте сейчас превратимся в морские волны, будем двигаться, как будто мы волны, так же, как они, шелестеть и журчать, улыбаться, как волны, когда они искрятся на солнце.

Затем взрослый предлагает всем желающим по очереди «искупаться в море». «Купающийся» становится в центре, «волны» окружают его и, поглаживая, тихонько журчат.

7. Релаксация

Обезьянке Личи очень понравилось в лесном детском саду, и она осталась там жить. Все зверята с ней подружились и научили ее играть в разные игры. Но иногда обезьянке становилось немного грустно, она вспоминала свою родину. Вечером, когда все зверята расходились по домам, обезьянка засыпала в своей кроватке. И снились ей чудесные сны про Африку, где гуляют пятнистые жирафы, большие слоны и созревают вкусные бананы. *(Дети ложатся отдыхать под звуки моря.)*

8. Прощание, выход из сказки

Игровой сеанс 8

Задачи:

развитие слухового внимания; произвольности; быстроты реакции; снижение импульсивности, повышенной двигательной активности; обучение умению замечать и ценить индивидуальные особенности каждого; воспитание толерантности по отношению друг к другу.

Материалы:

игрушки – ежонок, змея; маленький мягкий мяч; повязка на глаза; обруч; канат или длинная лента; музыкальные композиции; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас всех видеть! Мы уже не в первый раз с вами встречаемся. Наверное, вы уже запомнили имена друг друга. Давайте мы сейчас это проверим.

1. Игра «Снежный ком»

Первый игрок называет свое имя и передает мяч игроку слева. Тот называет имя первого игрока и свое. Все последующие игроки должны назвать все предыдущие имена, а затем свое. Таким образом мяч двигается по кругу, пока не возвращается к первому игроку, который еще раз проговаривает всю цепочку имен.

2. Работа со сказкой

Не такой, как все

Все зверята в лесном детском саду были похожи друг на друга: у всех было по четыре лапы, по два глаза и уха, у всех был хвост, нос и усы, а тело покрыто шерстью.

Ну конечно же, каждый зверек чем-то отличался от других. У ежонка Пыфа на спине были колючки, у Лисенка был длинный пушистый хвост, у Волчонка – острые зубки, а у Зайчонка – самые длинные уши. Бельчонок лучше всех лазал по деревьям, а Медвежонок был самым большим.

Но однажды в лесном детском саду появился совсем необычный детеныш. Когда зверята увидели его, они очень удивились. Они столпились в сторонке и перешептывались.

– Смотрите, у него нет лапок! – таращил глаза Зайчонок.

– У него даже нет шерсти! – поразился Бельчонок.

– Вот это да! У него всего один зуб! – удивлялся Волчонок.

– А ходит он прямо на животе, – шептал Лисенок.

– А ушки? Где его ушки? – спрашивал у всех Медвежонок.

Но на все эти вопросы не находилось ответа. Наконец тетушка Медведица позвала всех зверят знакомиться с необычным воспитанником.

– Познакомьтесь, зверята, это ужонок, его зовут Шуршик.

Он не похож на нас с вами, но мы с радостью примем его в наш лесной детский сад. Я уверена, вы подружитесь с ним и примете в свою игру.

– Но как с ним играть? Он же не такой, как все, – возразил Волчонок. – Он не умеет быстро бегать и прыгать, у него нет лапок и ушей, наверное, он ничего не слышит.

– Зато у меня есть длинный хвост, – подал голос ужонок Шуршик.

– Все мы разные, но все-таки мы вместе, – ласково улыбнулась тетушка Медведица. – Ведь если бы все звери были одинаковыми, мир стал бы скучным и неинтересным.

Зверята посмотрели друг на друга и увидели, что все они разные и чем-то не похожи друг на друга. Но именно поэтому им так весело играть в лесном детском саду. В тот день ужонок Шуршик нашел себе новых друзей.

Вопросы для обсуждения:

– Почему зверята удивились, когда увидели нового воспитанника?

– Чем отличался ужонок Шуршик от других зверят?

– Как нужно относиться к человеку, который чем-то отличается от других?

– Будете ли вы дружить с ребенком, который не такой, как другие дети?

У каждого из нас тоже есть какие-то особенности, отличающие нас от остальных людей, а чем-то мы все похожи. Чем мы все похожи? *(Ответы детей.)* Чем отличаемся? *(Каждый ребенок говорит, чем он не похож на других.)*

3. Музыкальная имитационная игра «Зверобика»

Дети выполняют образно-имитационные движения по тексту песни.

Сидела кошка на окошке
И стала лапкой ушки мыть,
Понаблюдав за ней немножко,
Ее движенье можно повторить.

Припев:
Раз, два, три – ну-ка повтори! (2 раза)
Три, четыре, пять – повтори опять! (2 раза)
Очень хорошо!

Змея ползет своей тропою,
Как лента по земле скользит,
А мы движение такое
Легко рукою можем повторить.

Припев.

Весь день стоит в болоте цапля
И ловит клювом лягушат,

Не трудно так стоять ни капли
Для нас, натренированных ребят.

Припев.

Мартышка к нам спустилась с ветки,
Мартышек надо обожать,
Ведь обезьяны – наши предки,
А предков, детки, надо уважать!

Припев.

Живет на свете очень много
Мартышек, кошек, птиц и змей.
Но человек – он царь природы
И должен знать повадки всех зверей.

5. Игра «Я змея, змея, змея»

Сейчас мы с вами поиграем в игру, в которую научил играть ужик Шуршик всех зверят на полянке. Сейчас я превращусь в змею, буду петь такую песенку: «Я змея-змея-змея-змея, я ползу-ползу-ползу. *(Ведущий обращается к какому-нибудь ребенку.)* Хочешь быть моим хвостом? Да, конечно же, хочу!»

Ребенок, которого позвал взрослый, встает за ним, и они вместе идут по комнате и поют песенку. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не станут «хвостом змеи».

6. Упражнение «Пройди сквозь кольцо»

А потом ужик Шуршик превратился вот в такое кольцо *(показывает детям обруч)* и предложил зверятам новую игру.

Дети берутся за руки в кругу. Перед этим им на руки вешается обруч. Задача участников – пройти через обруч, не расцепив при этом руки. Обруч должен вернуться в начальную точку.

7. Игра «Легко ли быть змеей» (для среднего возраста)

Дети, наверное, вам хочется попробовать передвигаться так, как это делают змеи и ужи? *(Ответы детей.)* Давайте попробуем, а потом вы мне расскажете – легко ли быть змеей? Ведь у нее нет ни рук, ни ног. *(Дети проползают под поставленными в ряд физкультурными «воротами» сначала на животе, а потом на спине головой вперед. После этого рассказывают – сложно ли им было и почему.)*

Игра «Слепой и проводник» (для детей старшего возраста)

Ребята, вы видите, что ужик Шуршик был не такой, как все остальные зверята, – у него не было ни ножек, ни ручек, – но он придумал много интересных игр, и всем понравилось играть с ним. Как вы думаете, а если бы у зверят появился в друзьях, например, крот (который ничего не видит), они стали бы с ним дружить? *(Ответы детей.)* Давайте попробуем поиграть в такую игру.

Дети делятся на пары. Один из них – крот, второй – мышь. Для них подготавливается «полоса препятствий» (мягкие модули, крупные игрушки). ««Крот» закрывает или завязывает глаза, «мышь» бережно и осторожно ведет его между препятствиями из одного конца комнаты в другой и сажает на стул («в домик»). Каждый ребенок должен побывать и в роли «крота», и в роли «мыши». После игры дети делятся впечатлениями: кем было сложнее быть – «кротом» или «мышью» – и почему.

8. Релаксация

Ужонок Шуршик понравился всем зверятам, с ним было очень интересно играть. Зверята поняли, что если даже кто-то не такой, как все, например, у него нет ножек или он плохо видит, с ним все равно можно и нужно дружить. Ведь главное – это не то, как ты выглядишь, какой ты снаружи, а то, какой ты внутри: добрый или злой, веселый или унылый, внимательный к другим или равнодушный.

9. Прощание, выход из сказки

Игровой сеанс 9

Задачи:

формирование чувства принадлежности к группе; преодоление нежелательных черт характера (негативизм, упрямство); развитие зрительного внимания; преодоление двигательных автоматизмов; развитие произвольности.

Материалы:

игрушки – ежонок, мышь; колокольчик; повязка на глаза; большой шифоновый платок; музыкальные композиции; текст сказки.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть! Сегодня ежонок Пыф привел к нам в гости еще одного своего друга из лесного детского сада. Ой, а где же он? *(Достает из кармана*

мышонка.) Ты опять спрятался? Ты забыл, что твои прятки не доводят до добра?

1. Игра «Знакомство с Мышонком»

Дети передают друг другу игрушку-мышонка и говорят: «Здравствуй, Мышонок! Меня зовут…». В конце упражнения игрушка возвращается к ведущему.

А теперь давай расскажем ребятам твою историю.

2. Работа со сказкой

Непослушный Мышонок

Мышонок был самым маленьким воспитанником лесного детского сада. И, наверное, самым непослушным. Он все время попадал в разные неприятные истории.

А еще Мышонок любил прятаться и отставать от других зверят. Он думал, что это такая игра. Но тетушке Медведице было совсем не весело, когда она пыталась найти непослушного Мышонка. Вот она, тяжело дыша, поднимает поваленное дерево, чтобы посмотреть, нет ли там Мышонка. Вот лезет на дуб, чтобы заглянуть в заброшенное дупло. Вот проверяет все закоулки полянки – а Мышонка все нет. А он сидит себе за пеньком и хихикает.

Однажды тетушка Медведица повела всех зверят в поход в дальний сосновый лес – там на полянке росла самая крупная и спелая брусника. Зверята построились длинной вереницей и пошли следом за тетушкой Медведицей. Только Мышонок никак не хотел идти, как все, – он то забегал вперед и путался под лапами тетушки Медведицы, то толкал других зверят, то отставал, чтобы понюхать цветочек, то убегал в сторону.

– Не убегай далеко, Мышонок, – ворчала тетушка Медведица, – ты можешь потеряться!

Но непослушный Мышонок только хихикал. Наконец он улучил момент, когда тетушка Медведица отвлеклась, и спрятался под листком лопуха. Тетушка Медведица ничего не заметила, и все зверята ушли вперед. Мышонок обрадовался, что всех перехитрил, вылез из-под лопуха и пустился в пляс. Он высоко подрыгивал и пел веселую песенку о том, какой он ловкий и хитрый.

– Кто это здесь шумит? – раздался чей-то сонный голос из дупла.

– Никто, дядюшка Филин, – пискнул Мышонок и бросился наутек.

Он бежал так быстро, что его маленькое сердечко чуть не выскочило из груди от страха. Когда Мышонок остановился, чтобы перевести дух, он понял, что заблудился. Он никогда не бывал в этой части леса. А солнышко уже клонилось к закату. Скоро станет совсем темно. Мышонок сел на какой-то холмик и заплакал. Вдруг холмик под Мышонком зашевелился, и показалась чья-то черная голова.

– Кто это здесь плачет? – спросил дядюшка Крот.

– Это я, Мышонок, я отстал от своих и потерялся, – грустно сказал Мышонок.

– Наверное, ты убегал от тетушки Медведицы, не слушался ее? – предположил дядюшка Крот.

– Все так и было, – ответил Мышонок.

– Так и быть, я отведу тебя обратно в лесной детский сад, – сказал дядюшка Крот.

Когда дядюшка Крот привел Мышонка назад в лесной детский сад, все зверята уже разошлись по домам, только тетушка Медведица сидела под деревом. Она была очень расстроена.

– Где ты был, непослушный Мышонок? – сказала тетушка Медведица. – Мы все волновались за тебя, искали по всему лесу вместе со зверятами.

– Я заблудился, и меня чуть не съел Филин, – хныкал Мышонок. – Мне было очень страшно!

– Тебя следовало бы хорошенько отшлепать за такие проделки, но я не буду этого делать. Ты сам себя наказал.

– Я больше не буду убегать и прятаться, а в прятки буду играть только со зверятами, если они сами этого захотят.

Вопросы для обсуждения:

– Кто был самым маленьким в лесном детском саду?
– В какую игру любил играть Мышонок?
– Почему Мышонок потерялся?
– Кто помог Мышонку вернуться в детский сад?
– Продолжи фразу: «Бывает, я не слушаюсь, когда…»
– Что может случиться, когда дети не слушаются взрослых?

Видите, ребята, иногда получается так, как с Мышонком, – невинная, казалось бы, шалость чуть не обернулась трагедией. Но

благодаря дядюшке Кроту история закончилась хорошо. Наш Мышонок хочет с вами познакомиться. Мы будем играть в игру «Кто спрятался?».

3. Игра «Кто спрятался?»

Дети встают в большой круг. Выбирается ведущий-ребенок, которому завязывают глаза. Все дети ходят по кругу и поют:

Петя *(Саша, Миша, Оля, и т. д.),* ты стоишь в кругу
На зеленом на лугу,
Знаешь ты имен немало,
Угадай, кого не стало.

Во время движения по кругу взрослый незаметно накрывает одного из детей платком (лучше взять темную легкую ткань – шифон или вуаль, чтобы ребенок не испугался темноты, но в то же время чтобы водящий не узнал его сразу). После того как дети споют песенку, круг останавливается, водящий снимает повязку и пытается угадать, кто спрятался под платком. Можно повернуть спрятавшегося ребенка спиной к водящему. Если водящий угадал, то он встает в круг, а водящим становится тот, кого угадали. Игра проводится до тех пор, пока каждый не побудет и в роли водящего, и в роли того, кто спрятался.

Вам понравилось прятаться? А отгадывать? Что понравилось больше? Давайте расскажем для Мышонка стихотворение.

4. Пальчиковая игра «Мышка»

Мышка в норку пробралась, *(«Шагаем» пальцами.)*
На замочек заперлась. *(Делаем «замок» из пальцев.)*
В дырочку глядит – *(Делаем из пальцев колечко и смотрим в него.)*
Хитрый филин не летит? *(Подносим правую руку ко лбу и смотрим из-под нее.)*

Ребята, хотите пойти в поход вместе с Мышонком?

5. Музыкальная игра «В поход пойдем»

Дети выполняют образно-имитационные движения по тексту песни. Игра проводится с ускорением темпа.

Рюкзак возьмем,
В поход пойдем,
Потом на лошади верхом,
Река – на лодке поплывем,
Гора – мы на нее взойдем.
Гляди, куда мы забрались!

На парашюте прямо вниз,
Куда нас ветер понесет?
Хотите вновь пойти в поход? *(3 раза)*

А теперь давайте поиграем в игру «Хитрый филин и мыши».

6. Игра «Хитрый филин и мыши»

На высокой на сосне
Филин спрятался в дупле.
Тише, мыши, не шумите,
Эту птицу не будите!

С помощью считалки выбирается «филин», остальные дети – «мыши». Когда «филин» спит, «мыши» бегают по всей комнате и пищат, ведущий говорит слова считалки, после этого «наступает ночь» и «филин» «летит ловить мышей». «Мыши» в этот момент должны замереть. «Филин» уводит к себе в гнездо того, кто пошевелился, и этот ребенок становится «филином».

7. Игра «Выйди из темного леса»

Ребята, помните, кто вывел Мышонка из темного леса? *(Ответы детей.)* Давайте мы с вами поиграем в игру. Кто-то из вас будет Мышонком, кто-то Кротом *(выбирают персонажей с помощью считалки),* а остальные будут изображать темный лес.

Все дети замирают в разных позах, они – «деревья», Мышонку завязывают глаза, Крот берет колокольчик, он должен вывести Мышонка из леса по звуку колокольчика. Игра продолжается до тех пор, пока каждый не побудет в роли Мышонка и Крота.

8. Релаксация

Вечером, когда Мышонок засыпал в своей норке рядом с мамой Мышкой, он сам себе крепко-накрепко пообещал больше никогда не убегать от тетушки Медведицы. Ведь когда ты идешь в незнакомое место вместе с другими зверятами и вдруг отстаешь от них, очень легко потеряться, а в незнакомом месте могут поджидать разные неприятности и опасности. К тому же Мышонок понял, что взрослые переживают за малышей, и не стоит расстраивать их своим поведением. Мышонок решил, что играть в прятки будет теперь только на площадке для игр, когда тетушка Медведица разрешит.

9. Прощание. Выход из сказки

Игровой сеанс 10

Задачи:

формирование чувства принадлежности к группе; развитие произвольной памяти; развитие слухового внимания; снижение психоэмоционального напряжения; формирование навыков социального поведения.

Материалы:

игрушки со всех предыдущих занятий – еж, заяц, лиса, волк, медведь, белка, обезьяна, змея, мышь (чтобы не спровоцировать конфликты между детьми, желательно иметь по две игрушки каждого животного); клубок толстых ниток или длинный шнур, смотанный в клубок; небольшие предметы (стеклянные шарики, камешки, ракушки и т. п.) и мешочек; музыкальные композиции; красное яблоко (муляж); текст сказки № 10.

Ход занятия

Здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть! Сегодня все зверята из лесного детского сада пришли к нам в гости. За это время они успели познакомиться и подружиться. Конечно же, звери запомнили имена друг друга. А вы помните, как зовут ваших друзей? Сейчас мы это проверим. Смотрите, какое красивое яблоко я принесла. Мы будем передавать его по кругу и называть наши имена.

1. Игра «Яблоко дружбы»

Дети садятся или стоят по кругу. Ведущий называет свое имя, передает яблоко следующему игроку, который называет имя ведущего и свое и передает дальше по кругу. Следующий игрок называет имя ведущего, имя предыдущего игрока и свое. И так далее по кругу, пока яблоко не вернется к ведущему. Ведущий называет имена всех присутствующих в том порядке, в котором они сидели.

Ребята, послушайте историю, которую я вам расскажу, о том, как зверята в лесном детском саду отмечали праздник осени.

2. Работа со сказкой

Праздник осени

Однажды в лесном детском саду отмечали Праздник осени. Все зверята показывали, чему они научились за это время. Лисенок спел веселую песенку, Бельчонок сплел для всех бусы из ягод рябины, обезьянка Личи

показала акробатические трюки, а Волчонок нарисовал красивую картинку. Зайчонок исполнил барабанную дробь на пеньке, ужонок Шуршик показал чудеса гибкости, ежонок Пыф рассказывал стихотворение, а Медвежонок танцевал. В конце праздника всех должно было ждать угощение – лесные орехи.

Но где же угощение? Взяв корзину, тетушка Медведица обнаружила, что она пуста, только на самом дне одиноко катался маленький орешек.

– Кто взял угощение? – строго спросила тетушка Медведица.

– Это не я, – ответил Зайчонок.

– Не я! – сказал ежонок Пыф.

– Не я! – сказали Волчонок, Лисенок, Бельчонок и Медвежонок.

– Я не брал, – сказал ужонок Шуршик.

– Я тоже не брала, – сказала обезьянка Личи.

– И не я! – пропищала Мышка.

И только Хомячок промолчал.

– Ну что же, тогда праздник закончился, – сказала тетушка Медведица. – Угощения не будет!

– Будет, будет! – закричали зверята и бросились искать угощение.

И вот уже прибежал Зайчонок и принес корзину калины, а следом за ним – Волчонок с лукошком подосиновиков. Бельчонок украсил полянку гирляндами из осенних листьев, а обезьянка Личи набрала кедровых шишек.

Со всех концов леса спешили маленькие зверята и несли лесные дары: ягоды и грибы, семена и орехи. И пришли они не одни, а вместе со своими мамами и папами. Угощения хватило на всех.

Только Хомячок ничего не ел. Он грустно сидел под березой и подпирал лапками свои огромные щеки. В его маленьких глазках стояли слезы.

Когда праздник закончился и все звери разошлись по домам, Хомячок подошел к тетушке Медведице и достал из-за щек орехи.

– Так вот кто хотел съесть все орехи и ни с кем не поделиться, – грустно сказала тетушка Медведица.

– Я больше никогда-никогда не буду так делать. Простите меня, пожалуйста, – еле слышно прошептал Хомячок.

– Я верю тебе, малыш! – ласково сказала тетушка

Медведица. – Для тебя это будет хорошим уроком. Я знаю, что ты больше никогда не возьмешь то, что тебе не принадлежит.

Вопросы для обсуждения:

– Какой праздник отмечали в лесном детском саду?

– Кто взял орешки из корзины?

– Как вы думаете, понял ли Хомячок, что он поступил неправильно? Что он почувствовал?

– Почему Медведица сказала Хомячку, что он сам себя наказал?

Ребята, давайте вспомним, какие зверята ходили в лесной детский сад.

3. Пальчиковая гимнастика «Детский сад» [4]

Дети по одному загибают пальцы на обеих руках.

Этот пальчик – заинька,
Этот – ежик маленький,
Этот пальчик – медвежонок,
Этот – черненький ужонок,
Этот – крошечный мышонок,
Этот – рыженький лисенок,
Этот – шустренький бельчонок.
Этот пальчик – хомячок,
Этот – серенький волчок,
Этот пальчик – обезьянка
Тоже вышла на полянку.
Много-много нас, зверят, *(Сжимают и разжимают кулаки.)*
В лесной ходят детский сад. *(Переплетают пальцы в «замок».)*

В сказке зверята принесли угощение – лесные дары. А какие еще дары приносит осень?

4. Музыкальная игра «Что нам осень принесет?»

Дети выполняют образно-имитационные движения по тексту песни.

Что нам осень принесет?
Что нам осень принесет?
– Яблоки румяные, сладкий мед,
Яблоки румяные, сладкий мед.

Что нам осень принесет?
Что нам осень принесет?
– Разных овощей полный огород,
Разных овощей полный огород!

Что нам осень принесет?
Что нам осень принесет?
– Золотого хлебушка на весь год,
Золотого хлебушка на весь год!

Все зверята в лесном детском саду научились дружить друг с другом. А успели ли вы подружиться?

5. Игра «Паутинка дружбы»

Дети сидят на ковре в кругу. У ведущего в руках клубочек – «ниточка дружбы». Ведущий катит кому-нибудь из детей клубочек и говорит: «Я хочу дружить с… (называет имя этого ребенка), потому что…» Этот ребенок берет клубочек и наматывает ниточку себе на руку. Затем он катит клубок следующему игроку (любому ребенку) и произносит эту же фразу. И так далее, пока все дети не соединятся «ниточкой дружбы». Поскольку в процессе игры дети передают клубочек не строго по кругу, а произвольно, в итоге образуются многократные перекрещивания, напоминающие паутину. В конце упражнения, когда все дети будут связаны единой нитью, психолог может предложить подвигаться всем вместе, не выпуская из рук «паутинку», – встать со своих стульчиков, присесть, поднять руки с ниточкой вверх, опустить вниз.

Ребята, нас всех соединила «паутинка дружбы». Давайте возьмем в руки наших сказочных друзей и потанцуем вместе с ними.

6. Танец-импровизация «Улыбка»

Дети сами придумывают танцевальные движения. В руках у них игрушки – ««воспитанники лесного детского сада». Психолог может предложить детям меняться игрушками после каждого куплета песни, «чтобы животные не обиделись»[5].

Дружба всегда начинается с улыбки. Слышите, как журчит ручеек? Он такой добрый и нежный. Мы тоже можем стать ручейком и подарить друг другу нежность.

7. Упражнение «Ручеек нежности»

Дети встают в две шеренги лицом друг к другу. Это «ручеек

нежности». Один ребенок медленно «плывет по ручейку нежности», а дети поглаживают его, говорят ласковые слова. Затем этот ребенок становится частью ««ручейка», и следующий ребенок «плывет через ручеек». Игра продолжается до тех пор, пока каждый не «проплывет по ручейку».

8. Игра «Пожелания»

Ребята, вы только что прошли через «ручеек нежности» и почувствовали доброе отношение друг к другу. А теперь пусть каждый из вас пожелает что-то хорошее и доброе всем остальным.

Дети складывают небольшие предметы (стеклянные шарики, камешки, ракушки и т. п.) в мешочек и говорят при этом какие-либо добрые пожелания всем своим друзьям, родным, всем людям на свете. Психолог начинает игру первым. Часто так бывает, что дети хотят сказать не одно, а несколько пожеланий, поэтому небольших предметов должно быть достаточное количество.

В конце занятия психолог показывает, как много пожеланий в мешочке, и выражает уверенность в том, что все они сбудутся, потому что идут от чистого сердца.

9. Прощание, выход из сказки

Литература

Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М.: Генезис, 2007.

Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2–4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. – М.: Книголюб, 2006.

Смирнова Е.О., Холмогорова В.М. Межличностные отношения дошкольников: диагностика, проблемы, коррекция. – М.: ВЛАДОС, 2005.

Фопель К. Привет, ножки! Подвижные игры для детей 3–6 лет: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.

Фопель К. Привет, глазки! Подвижные игры для детей 3–6 лет: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.

Фопель К. Привет, ручки! Подвижные игры для детей 3–6 лет: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.

Фопель К. Привет, ушки! Подвижные игры для детей 3–6 лет: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.

Черенкова Е.Ф. Оригинальные пальчиковые игры. – М.: ООО «ИД РИПОЛ классик», ООО Издательство «ДОМ. XXI век», 2007.

Чистякова М.И. Психогимнастика / Под ред. М.И Буянова. – М.: Просвещение, 1990.

Часть 2
Коррекционноразвивающие занятия в детском саду

С.В. Крюкова
УДИВЛЯЮСЬ, ЗЛЮСЬ, БОЮСЬ, ХВАСТАЮСЬ И РАДУЮСЬ!
Программа эмоционального развития детей дошкольного возраста

С.В. Крюкова
ЗДРАВСТВУЙ, Я САМ!
Тренинговая программа работы с детьми 3–6 лет

Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь

С благодарностью моим учителям

Программа эмоционального развития детей дошкольного возраста

Не каждый взрослый человек способен разобраться во всей гамме своих переживаний, а для ребенка эта задача является еще более трудной. Дети не всегда правильно понимают даже простые эмоции, тем более трудно им осознать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связей с окружающим миром.

С.Л. Рубинштейн выделял три вида эмоциональных переживаний. Первый – уровень органической аффективно-эмоциональной чувствительности, когда чувство выражает состояние организма, находящегося в определенных реальных отношениях с окружающей действительностью. Более высокий уровень эмоциональных проявлений составляют предметные чувства, соответствующие предметному восприятию и предметному действию. На этом уровне чувство является не чем иным, как выражением в осознанном переживании отношения человека к миру. Ценность, качественный уровень этих чувств зависят от их содержания, от того, какое отношение и к какому объекту они выражают. Наконец, над предметными чувствами поднимаются более обобщенные чувства, как то: чувство юмора, иронии, чувство возвышенного, трагического и т. д.

Данная программа направлена на работу с «предметными чувствами». ***Основная ее цель*** – ввести ребенка в сложный мир человеческих эмоций, помочь прожить определенное эмоциональное состояние, объяснить, что оно обозначает, и дать ему словесное наименование. Накапливая определенные моменты проживания и фиксации на каком-либо чувстве, ребенок создает свой собственный «эмоциональный фонд», с помощью которого он сможет ориентироваться в собственных чувствах и в чувствах людей, которые его окружают.

Человек судит об эмоциональном состоянии другого по особым выразительным движениям, мимике, изменению голоса. Поза, жест, особенности движений во многом дополняют мимику и играют важную роль в передаче эмоционального состояния. По

выражению Ж. Лабрюйера, «в тоне голоса, в глазах и в выражении лица говорящего имеется не меньше красноречия, чем в самих словах». Поэтому ***задачи программы*** – научить детей понимать собственное эмоциональное состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.

Кроме того, в ходе работы дети опосредованно знакомятся с навыками релаксации и саморегуляции, что создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Обсуждение и «проживание» ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка, что помогает ему легче переносить аналогичные, но более мощные воздействия.

Поскольку эмоции заразительны, коллективное сопереживание усиливает их и позволяет получить более яркий опыт проживания эмоциональных ситуаций.

Программа рассчитана на детей 4–6 лет и включает в себя 17 занятий.

Занятия проводятся один раз в неделю в форме мини-тренингов продолжительностью 30–40 минут. Оптимальное количество детей в группе – 10–15 человек.

Работу по этой программе рекомендуется начинать с ноября, после завершения периода адаптации детей к дошкольному учреждению.

Занятие 1. Робость

Цели:

повышение у детей уверенности в себе; сплочение группы; знакомство с чувством робости.

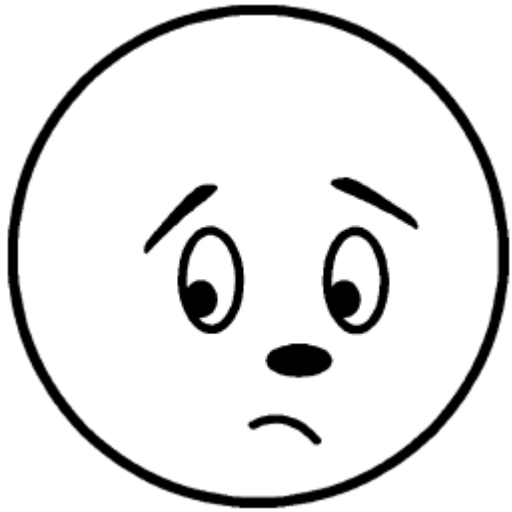
Материалы:

клубочек шерсти; пиктограмма «робость».

Ход занятия

♦ Здравствуйте, я рада вас видеть! У меня в руках клубочек. Сейчас мы будем передавать его по кругу, и каждый, у кого в руках он окажется, будет называть свое имя и рассказывать нам о том, что он любит делать больше всего. Я начну, а продолжит тот, кто сидит слева от меня. *(Цель – сплочение группы детей.)*

Итак, я – Света. Больше всего я люблю гулять в парке со своей собакой… *(Далее по очереди высказываются дети.)* Здорово!



Пиктограмма «робость:

♦ А теперь послушайте мою историю… *(Цель – знакомство с эмоцией «робость» и ее внешними проявлениями.)*

Мальчик Костя в первый раз пришел в детский сад. Он вошел в раздевалку, переоделся, познакомился с воспитателями и подошел к двери в группу. Он чуть приоткрыл дверь и заглянул внутрь. На его лице было вот такое чувство. *(Покажите детям пиктограмму «робость».)* Оно называется робость. Давайте попробуем изобразить его. Глаза чуть опущены. Голова слегка наклонена вбок. Кто хочет изобразить Костю? Что могут сделать дети, чтобы помочь мальчику? Хорошо!

♦ А сейчас давайте поиграем в игру, которая называется «Я – лев». *(Цель – повышение у детей уверенности в себе.)* Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва. Лев – царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный, мудрый. Он красив и свободен.

Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени льва, например: «Я – лев Гоша». Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой… Отлично!

♦ Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: «Я очень хороший» или «Я очень хорошая». *(Цель – создание положительного эмоционального фона, повышение уверенности в себе.)* Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово «я» шепотом, потом – обычным голосом, а затем – прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами «очень» и «хороший» (или «хорошая»). И наконец, дружно: «Я очень хороший(ая)!» Молодцы! Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет,

как захочет, – шепотом, обычным голосом или прокричит, например: «Я – Наташа! Я очень хорошая!» или: «Я – Кирилл! Я очень хороший!»

♦ Замечательно! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем: «Мы очень хорошие!» – сначала шепотом, потом обычным голосом, а потом – прокричим.

На этом наше занятие заканчивается. До свидания.

Занятие 2. Радость (1)

Цели:

первичное знакомство с чувством радости; развитие умения адекватно выражать свое эмоциональное состояние; развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека.

Материалы:

пиктограмма «радость»; фотографии веселых людей; бумага, карандаши.

Ход занятия

♦ Доброе утро! Давайте поздороваемся друг с другом. Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня, назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернется к своему соседу справа и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа… *(Цель упражнения – создание положительного эмоционального фона.)*

Пиктограмма «радость»

А теперь посмотрите на лицо этого человека. *(Покажите детям пиктограмму «радость».)* Как вы думаете, этот человек грустный? А может быть, он сердитый? Или веселый, радостный? Да, этот человек радостный. Попробуем изобразить радость на своем лице. Что для этого нужно сделать?

♦ Но перед этим поиграем с Солнечным зайчиком. *(Цель – снятие напряжения мышц лица.)*

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу – нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот – погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

Отлично! Мы подружились с Солнечным зайчиком, глубоко вздохнем и улыбнемся друг другу. Как здорово, что мы с вами встретились!

Сейчас я расскажу вам одну историю…

♦ Этюд «Встреча с другом». *(Цель – развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выразить свое настроение, развитие выразительных движений.)*

У мальчика был друг. Настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями отдыхать. Скучно в городе одному. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же они обрадовались друг другу!

Выразительные движения – плечи опущены, выражение печали на лице (грусть), объятия, улыбка, смех (радость).

Попробуем разыграть эту сценку.

У вас отлично получилось! А сейчас посмотрим вот на эти фотографии *(подберите фотографии веселых, улыбающихся людей)*. Какое чувство, по-вашему, испытывают эти люди? Как вы догадались? А это мои фотографии. Я на них тоже радостная. Как вы думаете, почему? Если вы захотите, можете принести на следующее занятие свои «радостные фотографии».

Поговорим о том, что же такое радость для вас? Подумайте хорошенько и закончите предложение «Я радуюсь, когда…» *(Запишите высказывания детей.)*

♦ А сейчас представьте себе, что мы художники и нам надо нарисовать картину на тему «Радость». Возьмите листочки и карандаши, и пусть каждый нарисует радость так, как ему хочется. *(Цель – рефлексия чувств.)*

Затем предложите детям сесть в круг и рассказать о том,

что они нарисовали.

♦ А теперь встаньте в круг и давайте поиграем в «Доброе животное». *(Цель игры – развитие чувства единства.)*

Возьмемся за руки и представим, что мы – одно животное. Давайте прислушаемся к его дыханию. Все вместе сделаем вдох-выдох, вдох-выдох и еще раз вдох-выдох. Очень хорошо. Послушаем, как бьется его сердце. Тук – делаем шаг вперед, тук – шаг назад. И еще раз тук – шаг вперед, тук – шаг назад.

♦ Спасибо всем. На этом наше занятие завершается. До свидания!

Занятие 3. Радость (2)

Цель:
продолжение знакомства с чувством радости.

Материалы:
вырезанные из журналов рисунки или фотографии, на которых изображены части лица: глаза, брови, носы, улыбки; клей; трафареты круглой и овальной формы; пиктограмма «радость».

Ход занятия

♦ Здравствуйте! Давайте начнем наше занятие с того, что каждый из вас назовет себя по имени и при этом выполнит какие-нибудь движения или действия. Например, я назову свое имя и прохлопаю его в ладоши. Можно топать ногами или делать что-то еще, но так, чтобы все сидящие в кругу смогли повторить ваше действие. *(Цель упражнения – создание положительного эмоционального фона, настрой детей на совместную работу.)*

Итак, я называю свое имя и прохлопываю его, а все остальные повторяют за мной… Отлично! Продолжит тот, кто сидит справа от меня, и т. д.

Теперь, когда мы с вами поздоровались, постарайтесь вспомнить, о каком чувстве мы говорили на прошлом занятии? Посмотрите, какое чувство здесь изображено *(покажите пиктограмму «радость»)*? Как вы догадались, что это радость? Конечно, глаза чуть прищурены, на лице улыбка. Посмотрите на эти фотографии. Какое чувство испытывают эти люди? Как вы догадались? Может быть, кто-нибудь из вас принес сегодня свои «радостные фотографии»? Попробуем изобразить чувство радости.

♦ Для начала разогреем и расслабим все мышцы лица… *(Упражнение «Солнечный зайчик», см. занятие 1.)* Отлично!

Сядем поудобнее: ноги твердо стоят на полу, спинка прямая. Начинаем гимнастику. Но она не простая, а мимическая. Мы с вами будем выполнять упражнения для лица. *(Цель: изучение мимики, выражения в мимике эмоциональных состояний.)*

Вдох-выдох, вдох-выдох, еще раз вдох-выдох. Вытянули губы трубочкой. Произнесли звук «у». Растянули губы в стороны. Произнесли звук «ы». Замечательно! Вдох-выдох. Расслабили все мышцы лица и улыбнулись друг другу. Скажите глазами и улыбкой, что вы рады видеть друг друга. Спасибо!

♦ Сейчас я расскажу вам несколько историй, и мы попробуем их разыграть, как настоящие актеры. *(Цель – развитие выразительных движений, способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать собственное.)*

Первая история называется «Хорошее настроение».

> Мама отправила сына в магазин: «Купи, пожалуйста, печенье и конфеты, – сказала она, – мы попьем чаю и пойдем в зоопарк». Мальчик взял у мамы деньги и вприпрыжку побежал в магазин. У него было очень хорошее настроение.

Выразительные движения: походка – быстрый шаг, иногда вприпрыжку, улыбка.

Вторая история называется «Умка».

> Жила-была дружная медвежья семья: папа медведь, мама медведица и их маленький сыночек – медвежонок Умка. Каждый вечер мама с папой укладывали Умку спать. Медведица его нежно обнимала и с улыбкой пела колыбельную песенку, покачиваясь в такт мелодии. Папа стоял рядом и улыбался, а потом начинал подпевать маме медведице.

Выразительные движения: улыбка, плавные покачивания.

Очень хорошо! Радоваться могут и дети, и взрослые. На прошлом занятии мы говорили о том, что такое радость для вас. Сейчас давайте подумаем, что же такое радость для мамы. Закончите предложение: «Моя мама радуется, когда…» *(Запишите высказывания детей.)* Здорово!

♦ А сейчас садитесь за столы. Перед вами лежат вырезанные из журналов рисунки и фотографии, на которых изображены части лица: глаза, брови, носы, улыбки. Ваша задача – выбрать овал для лица и приклеить на него выбранные вами части так, чтобы, глядя на получившиеся лица, мы могли сказать: «Все эти лица радостные». Приступайте к работе. *(Цель данного*

упражнения – научиться выражать чувство радости с помощью изобразительных средств.)

Спасибо! На этом наше занятие заканчивается.

Занятие 4. Радость (3)

Цели:

продолжение знакомства с чувством радости; развитие способности понимать и выражать эмоциональное состояние другого.

Материалы:

пиктограмма «радость»; игра «Азбука настроений»; платок или шарф.

Ход занятия

Доброе утро, ребята!

♦ Давайте представим себе, что мы разучились говорить, а можем только петь. Сейчас каждый из нас пропоет свое имя, а мы все вместе будем за ним повторять. *(Цель – создание положительного эмоционального фона.)*

Давайте вспомним, о каком чувстве мы говорили на прошлых занятиях? Да, мы говорили о радости. Посмотрим на лица, которые у нас получились, и вспомним, кто из вас какое лицо «собрал».

♦ Отлично! Еще мы говорили о том, что радоваться могут все: и дети, и взрослые – мамы, папы, бабушки, дедушки, братья и сестры. А как вы думаете, животные умеют радоваться? Может быть, у кого-нибудь из вас есть домашнее животное? Когда вы приходите из садика, оно вас встречает? Как вы думаете, оно вам радуется? У меня дома есть собака. Когда я прихожу с работы, она выбегает мне навстречу и виляет хвостом. Я думаю, что так она выражает свою радость. Моя собака радуется, когда все возвращаются домой с работы и когда она идет гулять. Расскажите про то, как радуются ваши домашние животные.

♦ «Игра с платком» *(Цель – снять эмоциональное напряжение, дать детям возможность творчески выразить себя, развивать способность к переключению внимания с одного образа на другой.)*

Представьте себе, что мы попали в театр. В театре есть сцена, актеры и зрители. Выберем и в нашей группе место для сцены. Для того чтобы узнать, кто из вас будет актером, а кто – зрителем, проведем небольшую артистическую разминку.

У меня в руках платок. Попробуйте с помощью платка, а также различных движений и мимики (выражения лица)

изобразить: бабочку; принцессу; волшебника; бабушку; фокусника; человека, у которого болит зуб; морскую волну; лису.

После показа каждого нового персонажа задавайте детям следующие вопросы: «Кто может показать бабочку (принцессу…) иначе? Кто еще хочет попробовать?»

У вас прекрасно получилось. Кому понравилось исполнять роли? Кому понравилось смотреть? Может быть, кто-то надумал сейчас изобразить еще что-нибудь?

♦ Посмотрите, какие карточки я принесла вам сегодня. *(Покажите ребятам карточки из игры «Азбука настроений».)* На них изображены мама, папа, кошка, мышка, попугай и рыбка. Они все радостные на этих картинках. Пусть каждый из вас подумает и решит, какую роль он сможет сыграть. *(Цель упражнения – развивать способность понимать и выражать с помощью движений и речи эмоциональное состояние другого.)*

Те ребята, которые возьмут какую-нибудь карточку, должны будут выйти на сцену и представиться от имени выбранного персонажа. Например: «Я – кошка. Я живу в доме. Люблю пить молоко. Я радуюсь, когда поймаю мышку». Не забудьте пройтись так, как это делают кошки. Можно потянуться, показать, как они умываются.

Молодцы! Кто хочет еще кого-нибудь показать?

♦ Теперь встанем в круг и поиграем в «Доброе животное» *(см. Занятие 1)*. Все помнят, как играть в эту игру?

На этом наше занятие заканчивается. До встречи!

Занятие 5. Радость (4)

Цель:

закрепление и обобщение знаний о чувстве радости.

Материалы:

пиктограмма «радость»; красиво оформленные ответы детей с предыдущих занятий; бумага, карандаши; коробка с конфетами.

Ход занятия

♦ Здравствуйте! Представьте себе, что вы превратились в легкий ветерок. Прошепчите ваше имя так, как это сделал бы ветер… Молодцы! *(Цель – создание атмосферы единства.)*

На наших занятиях мы с вами говорили о чувстве, которое называется радость. Все, что вы мне говорили, я записывала, а сейчас эти записи помогут нам вспомнить, что же такое радость для вас, для ваших мам. Если кто-то пропустил наши занятия, он может подумать о радости и ответить нам сейчас. Итак, что же

такое радость для нас? Мы рисовали радость. Давайте посмотрим на рисунки. Вот первая работа. Как мы можем понять, что это рисунок радости? Что помогает нам? *(Обратите внимание на цвет, выражение лица изображенного героя, цветы, солнце, улыбки…)* Следующий рисунок…

А вот такую радостную рожицу нарисовала я. Вокруг нее я приклеила лепестки, и получилась ромашка. На лепестках я написала то, что вы мне говорили, когда заканчивали предложение «Я радуюсь, когда…». Дарю вам эту ромашку, а вы найдите ей место на стене в группе, и пусть она напоминает вам о наших радостных занятиях.

Еще мы с вами создавали портреты из частей лиц. У нас получилась целая портретная галерея! С ваших слов я написала под портретами, что такое радость для ваших мам. Мы приготовили для мам замечательный сюрприз. Давайте найдем в группе место, где мы сможем разместить эти портреты. Пусть мамы обрадуются!

Ромашка «Я радуюсь, когда…»

Портретная галерея «Мама радуется, когда…:

♦ А сейчас мы поиграем в игру, которая называется «Изобрази…». *(Цель – закрепить у детей полученные знания о чувстве радости.)* Сейчас я назову по имени одного из вас, брошу ему клубочек и попрошу, например: «Саша, изобрази медвежонка». Саша должен будет поймать клубок, сказать: «Я – медвежонок. Я радуюсь, когда…» Саша расскажет, когда медвежонок радуется, изобразит нам его, а затем бросит клубок кому-нибудь из вас и, назвав по имени, в свою очередь скажет: «Изобрази…» – и назовет любое животное, или человека, или растение, или птицу, или предмет. Понятно? Замечательно!

♦ А теперь послушайте, что я вам принесла. *(Покажите детям коробочку, закрытую крышкой. Потрясите коробочку, а дети пусть попытаются отгадать на слух, что там находится.)* Как вы думаете, что это может быть? *(Цель – развитие эмпатии.)*

На самом деле это конфетки. Но они не простые. Как только вы их съедите, вы превратитесь в волшебников и сможете пожелать всем людям что-то такое, от чего они смогут стать радостными. Давайте подумаем, что можно пожелать всем людям, которые живут на Земле…

Примеры высказываний детей:

– пусть они избавятся от болезней;

– пусть никогда не умирают;

– пусть у всех будет дом;

– пусть у всех будет обед;

– пусть все хорошо живут;

– пусть все будут счастливы.

И тогда все люди станут радостными!

♦ Огромное всем спасибо! На этом наше занятие заканчивается.

Занятие 6. Страх (1)

Цели:

знакомство с чувством страха; изучение выражения эмоциональных состояний в мимике.

Материалы:

фотография ребенка, испытывающего страх; пиктограмма «страх»; свечка в безопасном подсвечнике.

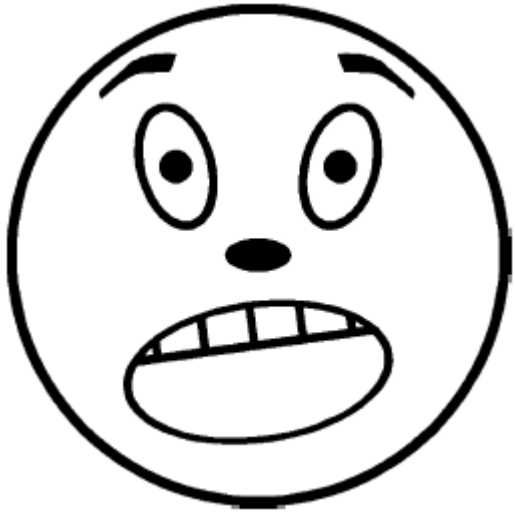
Ход занятия

♦ Я рада вас приветствовать! Сейчас мы будем здороваться друг с другом, передавая по кругу свечку. Сначала давайте посмотрим на нее. Видите, как колышется пламя свечи, какое оно красивое? Когда вы будете передавать свечку друг другу, почувствуйте тепло, которое от нее исходит. Возьмите себе немножко тепла, повернитесь к своему соседу, который сидит справа от вас, и, глядя на него, улыбнитесь и скажите, например: «Миша, я рад тебя видеть!» *(Цель – снятие эмоционального напряжения, настрой на совместную работу.)*

Давайте вспомним, о каком чувстве мы с вами говорили на прошлых занятиях? Да, о чувстве радости. Что нам помогало определить это чувство? Да, это выражение лица, интонация голоса.

А теперь посмотрите на эту фотографию. Как вы думаете, какое чувство испытывает этот ребенок? Смотрите внимательно… У него широко открыты глаза, рот, он вот-вот закричит. Его правая рука выставлена вперед. Он как будто бы хочет что-то оттолкнуть или отгородиться от кого-то. Какое же это может быть чувство? Да, это чувство страха. *(Покажите детям пиктограмму «страх».)*

Попытаемся изобразить его на своем лице, но для начала расслабим мышцы и поиграем с Солнечным зайчиком *(см. Занятие 1).*



Пиктограмма «страх»

Отлично! Теперь, когда наши мышцы расслаблены, посмотрите на картинку и попробуйте изобразить страх на своем лице. Молодцы! У вас хорошо получается.

♦ Сейчас я расскажу вам историю про девочку Галю. Вы ее внимательно слушайте, а потом мы попробуем разыграть сценку. *(Цель – научить детей выражать с помощью движений эмоциональное состояние другого человека, различать выраженные в мимике эмоциональные состояния, дать опыт проживания негативной ситуации.)*

> Галя приехала к бабушке в деревню. Однажды она гуляла недалеко от реки, рвала цветы, пела песенки и услышала, что позади нее кто-то зашипел: «Ш-ш-ш!» Галя обернулась и увидела большого гуся. Она испугалась и побежала домой. Прибежала к бабушке и рассказывает: «Я испугалась гуся! Он громко шипел и хотел меня ущипнуть». Бабушка успокоила Галю.

Давайте подумаем, сколько человек нам нужно, чтобы разыграть эту сценку? Нам нужна девочка Галя. Кто может ее изобразить?

> Галя гуляла у реки, рвала цветы. Вдруг она услышала, как позади нее кто-то зашипел… Она обернулась, увидела гуся, испугалась и побежала домой…

Здорово у тебя получилось! Кто еще может изобразить

девочку Галю? В этой сценке есть гусь. Кто хочет изобразить гуся? Он появляется позади Гали, начинает шипеть. Шея у него вытянута, крылья сложены за спиной, или он широко ими размахивает. Ну, кто решится изобразить гуся?

Очень хорошо! И еще нам нужна бабушка, которая успокоила Галю. Как она могла это сделать?

Здорово! Теперь покажем нашу сценку целиком. Кто хочет быть Галей? Гусем? Бабушкой? *(Проиграв роли отдельно, дети соединяют их в одно большое действие.)*

У вас отлично получилось!

Послушайте следующую историю – «Как котенок потерялся».

> Пошел Вася с котенком гулять. Котенок был маленький и глупый. Он увидел бабочку, побежал за ней, отстал от Васи и теперь не знал, куда идти. Стало ему страшно. Он сжался в комочек и жалобно замяукал. Мимо шла девочка Катя. Увидела она котенка и спрашивает: «Что с тобой? Ты испугался?
>
> Тебе страшно?»
>
> А котенок ей отвечает: «Я потерялся. Мне страшно, и я не знаю, как найти мой дом и Васю».
>
> Девочка приласкала котенка и проводила его домой.

Рассказ разбирается и проигрывается по аналогии с предыдущим.

Замечательно!

♦ Наше занятие подходит к концу, в заключение давайте встанем в круг и поиграем в «Доброе животное» *(см. Занятие 1)*. До новой встречи!

Занятие 7. Страх (2)

Цели:

продолжение знакомства с чувством страха; поиск путей преодоления страха; развитие эмпатии, умения сопереживать другим.

Материалы:

пиктограмма «страх»; игра «Азбука настроений».

Ход занятия

♦ Я рада видеть всех вас! Давайте поздороваемся друг с другом. Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня,

назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернется к своему соседу справа и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа… *(Цель – создание позитивного настроения.)*

Давайте вспомним, о каком чувстве мы говорили с вами на прошлом занятии? *(Покажите детям картинку с изображением этого чувства.)* Правильно, это чувство страха. А как вы догадались, что это именно оно? Молодцы!

♦ Посмотрите, какие карточки я вам принесла. *(Покажите ребятам карточки из игры «Азбука настроений».)* На них изображены попугай, рыба, кошка, мама, папа, мышка. Все они испытывают чувство страха. Подумайте и решите, кого из героев сможет показать каждый из вас. При этом надо сказать о том, чего боится ваш герой и что надо сделать, чтобы его страх пропал. *(Цель – научить детей находить конструктивный выход из ситуации, ощущать эмоциональное состояние своего персонажа.)* Очень хорошо!

♦ Теперь послушайте историю, которая называется «Ваза».

> Девочка Маша стояла у раскрытого окна и смотрела, что происходит на улице. На столе рядом с окном стояла ваза. Вдруг подул сильный ветер. Окно захлопнулось, и ваза упала. Девочка очень испугалась. И тут в комнату вошла мама.

Что она сделала и что сказала своей дочери? *(Как правило, дети говорят, что мама накажет ребенка, поставит в угол.)* Что она могла бы сделать еще? *(Если дети сами не могут найти другого варианта развития событий, вы можете предложить им собственный вариант.)* Мама сначала могла успокоить дочку. Сказать, что ничего страшного не произошло, а потом уже дать ей возможность объяснить, что случилось на самом деле. *(Цель – развитие эмпатии, способности к сопереживанию, выработка умения узнавать эмоции по их проявлениям.)*

Сейчас кто-нибудь из вас изобразит ребенка, который сильно испугался, и мы все вместе пожалеем, утешим его. Только делать это надо без слов, с помощью прикосновений.

Кто хочет, чтобы его пожалели? А кто хочет пожалеть, поддержать кого-то сам? *(Игра проводится до тех пор, пока в ней не примут участие все желающие.)*

А теперь в благодарность или просто потому, что этого хочется, можно попросить кого-то себя обнять или предложить кому-то свои объятия. Кто хочет это сделать?

♦ Замечательно! На этом наше занятие заканчивается. Я была рада вас всех видеть.

Занятие 8. Страх (3)

Цели:

учить детей узнавать чувство страха по его проявлениям; развивать умение справляться с чувством страха; учить детей выражать чувство страха в рисунке.

Материалы:

бумага, карандаши; книга Н. Носова «Живая шляпа» с иллюстрациями И. Семеновой; книга Л. Муур «Крошка Енот и тот, кто сидит в пруду» с иллюстрациями В. Сутеева.

Ход занятия

♦ Здравствуйте! Я рада вас видеть! Наше занятие мы начнем с приветствия. Сейчас мы с вами поиграем в «Паровозик». Это не простой паровозик. Когда он едет, то не гудит, а, хлопая в ладоши, повторяет свое имя. Кто хочет быть паровозиком? Отлично! После того как наш паровозик проедет целый круг, он выберет одного из вас себе на замену, а сам станет вагончиком и будет помогать новому паровозику повторять его имя. *(Цель игры – настроить детей на работу в группе.)* Отлично!

♦ Наш поезд останавливается на станции «Художественная». Все, кто прибывает на эту станцию, получают карандаши и чистый лист бумаги. Из вагончиков выходят не девочки и мальчики, а художницы и художники. Сегодня вы будете рисовать иллюстрации к «Книге страхов». Садитесь за столы и придумывайте свои картинки. *(Цель – развитие умения справляться с чувством страха, находить конструктивный выход из ситуации, вызывающей страх.)*

Когда все работы будут закончены, предложите детям сесть в круг, показать свои рисунки и рассказать о том, что же у них получилось. Когда первый ребенок закончит рассказ, предложите всем, в том числе и автору, придумать, что надо добавить в рисунок, чтобы страх пропал или стал менее страшным.

У вас замечательно получилось побороть страхи.

Я тоже расскажу вам историю про страх и покажу иллюстрации, которые сделал художник, чтобы книга получилась красочной и интересной. *(Используйте книги, предложенные в материалах к данному занятию, или другие детские книги с соответствующими иллюстрациями.)*

Если останется время, можно инсценировать отрывки из этих произведений. Лучше использовать те сценки, где состояние страха, по вашему мнению, выражено наиболее ярко. При желании можно перенести инсценировку на следующее занятие.

♦ Наше занятие окончено. Всем спасибо! До свидания.

Занятие 9. Страх (4)

Цели:
продолжение знакомства с чувством страха.

Материалы:
декорации – лес; мягкие игрушки: два щенка, медведь, кукла-страшилка (в нашем случае – Одюдюка).

Ход занятия

♦ Доброе утро, ребята! Давайте представим себе, что мы разучились говорить, а можем только петь. Сейчас каждый из вас пропоет свое имя, а мы все вместе будем за ним повторять. *(Цель – создание позитивного настроения.)*

♦ В начале занятия я расскажу и покажу вам одну историю…

Жил-был сказочный лес. В жаркую погоду укрывал всех своих жителей от палящих лучей солнца. В дождь давал странникам пристанище и защиту. Лес был заботливым и внимательным, и его жители платили ему тем же. Каждое утро щенок Пиф подметал лесные дорожки, убирал поломанные ветки и следил за чистотой пруда. У него был друг – медвежонок Тимка, который осматривал все деревья в лесу и отмечал, какое из них выросло, какое зацвело, а какое нуждается в медицинской помощи. А еще в лесу жил дядюшка медведь – Михайло Иванович, и был он самым мудрым, добрым и внимательным зверем в лесу. Если случалась беда, он всегда приходил на помощь.

И вот однажды идет щенок Пиф по тропинке и слышит: «У-гу-гу». Попятился он, да вдруг прямо перед ним с ревом пролетело «Оно» и стало Пифа пугать. От страха шерсть у щенка встала дыбом. Он залаял, но страшилка не пропала, а продолжала летать вокруг и толкаться. Пиф побежал искать своего друга медвежонка Тима. А Тим в это время осматривал елочки, которые растил для предстоящего Нового года.

И вдруг сзади на него кто-то налетел и толкнул изо всех сил.

Медвежонок упал и увидел что-то мохнатое. Это «что-то» летало вокруг и завывало страшным голосом. Медвежонок испугался и побежал на поиски друга.

Встретились они у дома дядюшки медведя и стали думать, что же им дальше делать.

Тут выходит из дома Михайло Иванович и спрашивает:

– Что с вами произошло?

Стали друзья наперебой рассказывать, а напоследок решили:

– Поймаем того, кто нас пугал, накажем и выгоним из леса.

Так и сделали. Поймали и хотели было взгреть хорошенько, но дядя Миша предложил не наказывать страшилку, а подружиться с ней, – может быть, что-то и получится. Окружили ее звери и сорвали покрывало, под которым «Оно» пряталось.

А предстала перед всеми страшилка Одюдюка во всей своей красе и давай ругаться:

– Что вам от меня надо? Видно, мало я вас попугала!

– Да погоди ты, не ругайся, лучше расскажи, зачем в наш лес пришла.

Видит Одюдюка, деваться ей некуда, пришлось рассказать о себе. История получилась очень печальная:

– Мама и папа у меня потомственные Одюдюки. Мы всегда всех пугаем. Мама – папу и меня, папа – маму и меня. Мне за всю мою жизнь никто доброго слова не сказал. Вот и решила я навредить всем в этом добром лесу. Не хочу, чтобы все дружно жили, чистоту и порядок везде наводили… А сейчас делайте со мной что хотите. Хотите – напугайте, хотите – поколотите, а хотите – придумайте что-то страшное, чтобы у меня кровь в жилах застыла.

Стали звери совет держать. Думали-думали, как ее лучше наказать, а потом вдруг кто-то предложил ее пожалеть. Ведь никто и никогда не говорил ей добрые слова. *(Как вы думаете, какие слова говорили звери Одюдюке?)* А потом звери научили Одюдюку улыбаться, и перестала она быть злой и страшной.

Вы можете научить Одюдюку улыбаться?

Замечательно!

♦ Давайте теперь возьмемся за руки и улыбнемся друг другу. На этом наше занятие заканчивается.

Занятие 10. Удивление

Цели:

знакомство с чувством удивления; закрепление мимических навыков.

Материалы:

пиктограммы с изображением чувств радости, страха, удивления; шляпа с привязанной к ней длинной ниткой; игрушечный котенок, которого можно спрятать под шляпу.

Ход занятия

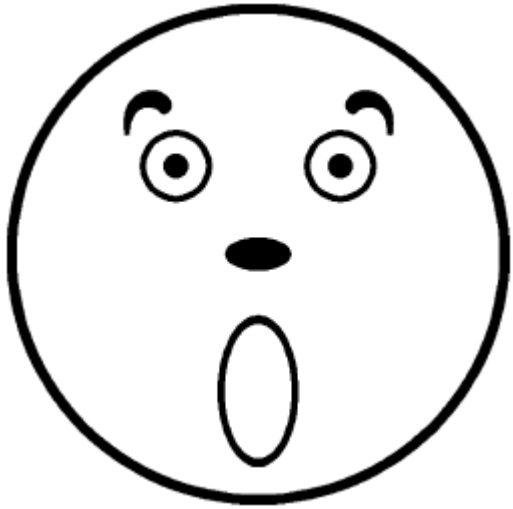
♦ Здравствуйте. Я рада вас видеть! Давайте все вместе возьмемся за руки и громко скажем друг другу: «Доброе утро!» ***(Цель – создание чувства группового единства.)*** Очень хорошо!

♦ Вспомним, о каких чувствах мы с вами уже говорили? Да, мы знаем такие чувства, как радость и страх. Сегодня мы познакомимся с удивлением. Что помогало нам, глядя на человека, сказать, радуется он или боится? Мы смотрели на выражение его лица и старались определить, что происходит с человеком в данный момент.

Изобразим чувство радости. Что происходит в это время с нашими лицами? Какие у нас глаза в этот момент? Что происходит с нашими губами?

Теперь изобразим чувство страха. Мы можем помогать себе жестами. Какие у нас будут движения? Может быть, отталкивающие или, наоборот, зовущие? Что в это время происходит с нашими лицами? С глазами? Ртом?

Отлично! Попробуйте изобразить на своем лице чувство удивления. Как вы думаете, оно будет долго длиться, или оно мгновенно возникает и быстро пропадает? Совершенно верно, оно неожиданно возникает и быстро исчезает. *(Покажите детям пиктограмму «удивление».)* Давайте рассмотрим пиктограмму… Что же происходит с нашими лицами? С бровями? Правильно, они подняты вверх. С глазами? Они широко открыты. С губами? Они растянуты и похожи на букву «о».



Пиктограмма «удивление»

Удивление можно сравнить с быстрым прикосновением. Давайте передадим прикосновение по кругу. У вас замечательно получилось!

♦ Теперь слушайте историю «Живая шляпа». *(Цель – закрепление мимических навыков.)*

> Мальчик Дима гулял во дворе. Вдруг он услышал, как мама зовет его, стоя у открытого окна:
>
> – Дима, пора домой, обед уже на столе.
>
> Дима попрощался с приятелями и пошел к дому. На дороге он увидел шляпу и решил ее поднять, но шляпа как будто угадала, что хочет сделать мальчик, и отпрыгнула в сторону. Дима очень удивился.

Попробуем разыграть эту историю. Кто хочет быть Димой? Мамой? Шляпой? Как вы думаете, кто мог находиться под шляпой?

(Предложите детям разыграть эту сценку с предметами: шляпой, котенком.) Замечательно!

♦ Вспомните, что происходит с вашим лицом, когда вы удивляетесь? *(Положите перед собой лист бумаги и начните рисовать все то, о чем говорят дети.)* Рот широко открывается и вытягивается. Глаза широко открыты. Брови ползут вверх. Теперь осталось нарисовать нашему человечку волосы, нос, уши и румянец. Замечательно! Смотрите, какой удивленный человек у нас получился. Как вы думаете, чему он удивляется? А что может удивить вас? *(Дети отвечают по кругу.)*

Садитесь за столы. Перед вами лежат листы, на которых

нарисованы кружочки. Вам надо оживить эти кружочки – нарисовать глаза, брови, нос, губы, но так, чтобы каждый человечек удивлялся. А пока вы рисуете, придумайте, что это за человечки и чему они удивляются.

Когда работа закончена, дети садятся в круг и рассказывают о своих человечках.

♦ На этом наше занятие завершается. До свидания!

Занятие 11. Самодовольство

Цели:

знакомство с чувством самодовольства.

Материалы:

пиктограммы с изображением чувств радости, страха, удивления, самодовольства.

Ход занятия

♦ Здравствуйте! Я очень рада встрече с вами!

Предложите детям сыграть в любую игру с именами с целью сплочения группы.

♦ Посмотрите на карточки, которые я вам принесла сегодня. Какие чувства на них изображены?

Последовательно предъявите детям пиктограммы: «радость», «страх», «удивление». При этом задайте детям следующие вопросы: «Какое чувство здесь изображено? Как вы его узнали? Что вам помогло различить чувства?» Перечисляются характерные мимические признаки.

А вот еще одно лицо. *(Покажите детям пиктограмму «самодовольство».)* Этот человек хочет с нами общаться или нет? Почему вы так решили? Как вы думаете, он хочет поиграть с кем-то в свою любимую игрушку? Или всем покажет и никому не даст? Да, этот человек скорее всего никому не даст свою игрушку. Чувство на его лице называется самодовольство. Да-да, когда вы хвастаетесь, на вашем лице появляется такое же или очень похожее выражение.

Теперь по кругу мы с вами будем хвастаться, кто чем захочет. Можно хвастаться тем, что у вас есть, можно что-то придумать. Я начну… Замечательно!

Пиктограмма «самодовольство»

♦ Я расскажу вам сказку «Мышка-хвастунья», а вы ее внимательно слушайте. Потом мы будем разыгрывать ее по ролям. *(Цель – закрепление полученных знаний.)*

Мышка гуляла по лесу и встретила там олененка с золотыми рожками.

– Подари мне свои золотые рожки, – попросила у олененка мышка.

– Зачем тебе мои золотые рожки? Они будут тебе мешать, – ответил олененок.

– Ты жадина! – стала дразнить олененка мышка.

– Я не жадный, – ответил олененок и надел на голову мышке свои золотые рожки.

Мышка обрадовалась и побежала всем показывать украшения. Она так торопилась, что забыла даже сказать олененку слова благодарности. Когда мышка увидела своих подружек, то стала хвастаться перед ними:

– Я лучше всех, я богаче всех, я не буду с вами, с серыми, дружить!

Вдруг из-за кустов выскочил кот. Все серые мышки быстро попрятались в свои норки, а мышка с золотыми рожками застряла. Кот набросился на нее и съел. И остались на траве только золотые рожки. Идет олененок по лесу и видит: лежат его золотые рога. Остановился он, нагнулся и надел их снова себе на голову.

– Как плохо быть хвастливым, – вздохнул олененок и покачал золотыми рожками.

Вот такая сказка. Сейчас мы попробуем ее разыграть. Кто хочет быть мышкой? Олененком? Кошкой? Хорошо! А все остальные будут просто мышками. *(Сказка разыгрывается несколько раз.)* Очень хорошо!

♦ На этом наше занятие заканчивается. До свидания!

Занятие 12. Закрепление знаний о чувствах

Цель:
закрепление умения различать чувства.

Материалы:
игра «Азбука настроений».

Ход занятия

♦ Здравствуйте, ребята! Давайте поиграем в «Паровозик с именем» *(см. Занятие 8)*.

♦ Теперь вспомним, с какими чувствами мы с вами уже познакомились. *(Покажите детям пиктограммы с разными чувствами и поговорите о том, как мы узнаем, что это именно то или другое чувство.)*

А сейчас посмотрите сюда. Перед вами на ковре разложены карточки с изображением: кошки, рыбки, попугая, мамы, папы. У них у всех разные настроения. Сейчас каждый из вас подойдет к ковру и возьмет себе любую карточку. Внимательно рассмотрите, кто вам достался и какое чувство он испытывает. Изобразите своего героя и закончите предложения: «Я мышка. Я боюсь, когда… Я радуюсь, когда… Я удивляюсь, когда…» – или чем-нибудь похвастайтесь.

Когда каждый ребенок изобразит своего персонажа и его эмоцию, предложите детям вспомнить какую-нибудь известную потешку. Дети вместе со взрослым должны громко ее проговорить и выполнить при этом ритмичные движения (хлопать в ладоши, топать ногами, маршировать и т. д.).

Например:

Из-за леса, из-за гор
Едет дедушка Егор.
Сам на лошадке,
Жена на коровке,
Дети на телятках,
Внуки на козлятках.

Затем предложите детям прочитать эту потешку с разными чувствами: радости, страха, удивления и хвастовства. Цель такого упражнения – тренировка способности узнавать эмоции.

Сначала потешку проговаривают все вместе, а потом индивидуально по желанию.

♦ **На этом наше занятие заканчивается. До свидания!**

Занятие 13. Злость

Цели:

знакомство с чувством злости; тренировка умения различать эмоции.

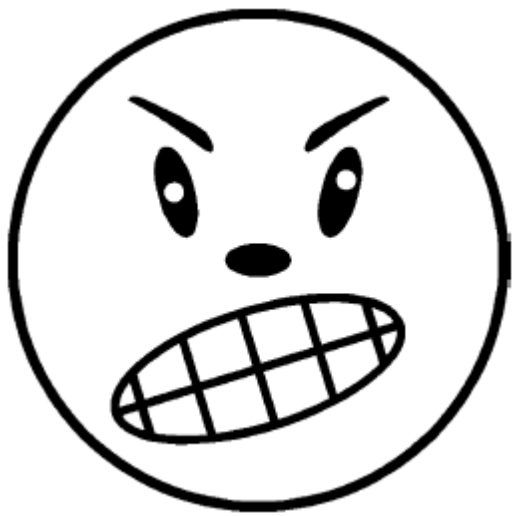
Материалы:

колокольчик; два шарфа; пиктограмма «злость».

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Я рада вас видеть! Давайте все вместе возьмемся за руки и громко скажем друг другу: «Доброе утро!» *(Цель – формирование сплоченности.)*

♦ Сегодня мы продолжаем знакомиться с чувствами, которые могут появиться у нас с вами, у наших мам и пап, бабушек и дедушек и у любых людей. Посмотрите на лицо, изображенное на карточке. Какое чувство испытывает этот человек? *(Покажите детям пиктограмму «злость».)*



Пиктограмма «злость»

Посмотрите на выражение его лица… Что произошло с его

ртом? Бровями? Какое у него выражение глаз? Что же это за чувство? Да, это – злость.

♦ А сейчас послушайте историю про мальчика Петю, которая называется «Сердитый дедушка». *(Цель – тренировка умения различать эмоции. Выразительные движения – нахмуренные брови, резкие, порывистые движения.)*

К дедушке в деревню приехал Петя и сразу же пошел гулять. Дедушка рассердился, потому что Петя ушел за калитку без предупреждения. Куда он пошел? Вдруг с ним что-нибудь случится?

Давайте разыграем эту историю… Отлично!

♦ А сейчас нам понадобятся два шарфа, концы которых завязаны в узлы, и колокольчик. *(Цель упражнения – снятие напряжения.)* Представьте себе, что вы с кем-то поссорились и очень сердиты: брови сдвинуты, в руках шарф, которым размахиваете; и наступаете на своего соперника. Вы с ним начинаете сражаться шарфами, но по правилам, которые никто из вас не может нарушать. Правила такие:

– можно начинать бой только по сигналу колокольчика;

– касаться шарфом можно только тела и ног;

– заканчивать сражение нужно по сигналу колокольчика.

А как называется в спорте человек, который дает сигнал к началу и концу боя? Да, это может быть судья. Кто сегодня хочет быть судьей? Теперь мы можем начинать. Первым противника выбирает тот, кто сидит справа от меня, но нельзя выбирать одного и того же. Не забывайте, какое чувство мы с вами изображаем. Какие звуки мы можем при этом издавать? Помните правила игры? Начали!

♦ Теперь мы встанем в один общий круг и поиграем в «Доброе животное» *(см. Занятие 1)*. До свидания!

Занятие 14. Стыд

Цель:
знакомство с чувством стыда.

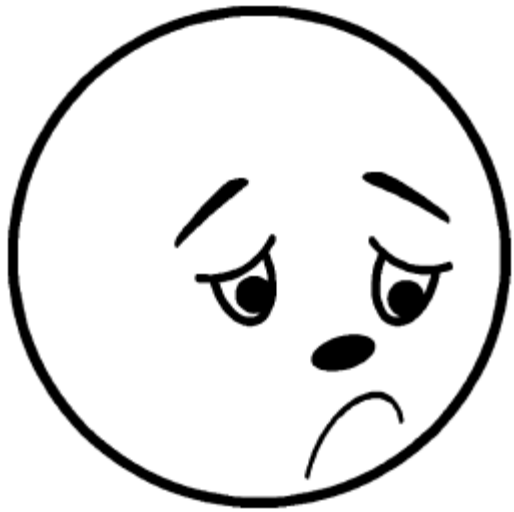
Материалы:
магнитофон и аудиокассета «Волшебство природы»; пиктограмма «вина»; текст рассказа Л.Н. Толстого «Косточка».

Ход занятия

♦ Я рада видеть вас! Сейчас мы с вами будем здороваться. Для этого закройте глаза и представьте, что вы находитесь на берегу моря *(звучит мелодия «Играют маленькие волны», кассета*

«Волшебство природы»). Мы стоим на песке, а волны набегают на берег и хотят с нами заговорить. Они шепчут имя каждого из нас. Попытайтесь услышать, как вас зовут волны. Послушайте и пока ничего не говорите. Начнет тот, кто сидит справа от меня. *(Цель – создание позитивного эмоционального фона.)*

♦ Сегодня мы с вами поговорим еще об одном чувстве. Посмотрите на картинку. Как вы думаете, какое чувство испытывает мальчик? Что с ним могло произойти? *(Покажите детям пиктограмму «стыд».)*



Пиктограмма «стыд»

Послушайте историю *(Л.Н. Толстой, «Косточка»).*

Купила мать слив и хотела их дать детям после обеда. Они еще лежали на тарелке. Ваня никогда не ел слив и все нюхал их. И очень они ему нравились. Очень хотелось съесть. Он все ходил мимо слив. Когда никого не было в горнице, он не удержался, схватил одну сливу и съел. Перед обедом мать сочла сливы и видит, одной нет. Она сказала отцу.

За обедом отец и говорит: «А что, дети, не съел ли кто-нибудь одну сливу?» Все сказали: «Нет». Ваня покраснел, как рак, и сказал тоже: «Нет, я не ел».

Тогда отец сказал: «Что съел кто-нибудь из вас, это нехорошо; но не в том беда. Беда в том, что в сливах есть косточка, и если кто не умеет их есть и проглотит косточку, то через день умрет. Я этого боюсь».

Ваня побледнел и сказал: «Нет, я косточку бросил за окошко». И все засмеялись, а Ваня заплакал.

Вот такая история. Как вы думаете, почему Ваня заплакал? Какое он испытывал чувство? Да, это чувство стыда. Как вы думаете, что при этом происходило с его лицом? *(Глаза прикрыты, на лице румянец.)* С его телом? *(Голова опущена, плечи сжаты.)*

Давайте разыграем этот рассказ. Кто хочет быть Ваней? Мамой? Отцом? Все остальные будут его братьями и сестрами. Итак, начинаем… Отлично!

♦ В конце нашего занятия мы с вами поиграем в игру, которая называется «Подарки». *(Цель – создание положительного эмоционального фона.)* Все мы любим подарки получать, да и дарить их тоже приятно. Представим, что мы все можем. Внимательно посмотрите на своих соседей справа, попробуйте угадать, что они хотят получить в подарок. А теперь по очереди подарим друг другу наши подарки. Тот, кто получает подарок, не забывает говорить «Спасибо».

♦ На этом наше занятие оканчивается, до свидания.

Занятие 15. Отвращение, брезгливость

Цели:
знакомство с чувством отвращения.

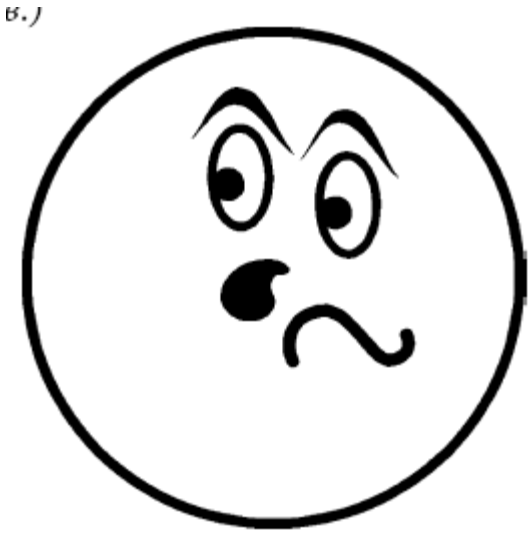
Материалы:
пустая чашка; листы бумаги; мусорное ведерко; вода, тазик, песок или земля в мисочке; пиктограмма «отвращение».

Ход занятия

♦ Здравствуйте! Давайте начнем наше занятие с того, что каждый из вас назовет себя по имени и при этом выполнит какие-нибудь движения или действия. *(Цель – создание условий для самовыражения.)* Например, я назову свое имя и прохлопаю его в ладоши. Можно топать ногами или делать что-то еще, но так, чтобы все сидящие в кругу смогли повторить ваши действия.

Итак, я называю свое имя и прохлопываю его, а все остальные повторяют за мной… Отлично! Продолжит тот, кто сидит справа от меня, и т. д.

♦ Посмотрите на лицо, которое изображено на этой карточке. *(Покажите детям пиктограмму «брезгливость».)* Как вы думаете, какое чувство испытывает этот человек? *(Цель – отработка мимических навыков.)*



Пиктограмма «брезгливость»

Послушайте историю «Соленый чай».

> Бабушка потеряла очки и поэтому вместо сахара насыпала в чай две ложки соли. Ее внук Петя пришел из детского садика и попросил бабушку дать ему попить. Она принесла чашку чая. Мальчик сделал один глоток, а чай оказался соленым. Как противно стало у него во рту!

Я предлагаю вам представить, что вы сделали глоток соленого чая. Будем передавать чашку по кругу, изображая, что мы делаем глоток, а чай оказывается соленым…

Выразительные движения: голова немного откинута назад, верхняя губа подтягивается к носу, брови нахмурены, нос сморщен. У вас хорошо получилось.

♦ Возьмите у меня листочки бумаги. Сейчас каждый из вас будет пачкать, мять свой листок. Делать из него мусор. *(Цель упражнения – развитие выразительных движений.)*

У нас есть вода, земля. Тот, кто свой листик измял и испачкал, бросает его на пол, садится на стул, представляя себе, что это наш участок во дворе детского сада и там очень грязно. Воспитатель попросит вас собрать весь мусор в ведерко, чтобы потом выбросить.

Мы по одному будем вставать со стульев, аккуратно брать одну бумажку и относить ее в мусорное ведерко.

Выразительные движения: рука протянута вперед, листик берем аккуратно двумя пальчиками.

♦ Мусор собран, можно и погулять. Вдруг пошел сильный дождь, на дорожке стало грязно и скользко, и нам надо

осторожно, не запачкав ботинок, дойти до сада.

Теперь встанем и аккуратно, друг за другом, пройдем по кругу. *Выразительные движения: походка медленная, на носочках.* Молодцы!

♦ На этом наше занятие заканчивается. До свидания!

Творческая мастерская

После проведения блока занятий, где дети узнавали разные эмоции, предлагаю вам провести завершающие занятия в Творческой мастерской.

Их цель – закрепление полученных знаний, развитие умения передавать эмоции художественными средствами.

Занятие 1. Взлохмаченные человечки

Материалы:

большой лист бумаги; гуашь; клей, кисточки, листочки бумаги, ножницы, карандаши и фломастеры; предметы с круглым дном: чашка, стакан.

Ход работы

Здравствуйте, ребята!

Сегодня мы с вами будем создавать портреты.

На листочках бумаги обведите предметы с круглым дном карандашом, вырежьте получившиеся круги. На них нарисуйте лица с разными эмоциями.

На большом листе бумаги обведите предметы с круглым дном карандашом, оставляя между ними достаточно места.

Толстую кисть обмакните в краску. Делайте легкие мазки кистью от центра к краю. Используйте краски разного цвета.

Дайте краске подсохнуть.

Приклейте кружочки с веселыми и грустными лицами на большой лист бумаги. У вас получатся человечки со смешными взлохмаченными волосами.

Занятие 2. «Русские горки»

Материалы:

длинный лист бумаги; краски; маленький ровный кусок губки;

маленькая картофелина, разрезанная пополам.

Ход работы

Взрослый карандашом рисует на большом листе ватмана волнистую линию, а ребята обводят ее краской.

Предложите детям:

– обмакнуть губку в яркую краску и сделать на листе вдоль линии отпечатки – вагончики;

– пока вагончики сохнут, нарисовать на заранее приготовленных трафаретах лиц любые эмоции;

– обмакнуть в краску половинку картофеля и отпечатать колеса вагончиков;

– нарисовать длинные тонкие полоски (каркас) на «русской горке»;

– подождать, пока работа высохнет, и наклеить разрисованные трафареты на рисунок.

Обсудите с детьми получившиеся картинки.

Литература

Белопольская И.Л. и др. Азбука настроений. Развивающая эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет. – М.: Когито-центр, 1994.

Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Г., Щербинина С.В. Развиваем руки – чтобы учиться и писать, и красиво рисовать. – Ярославль: Академия развития, 1997.

Грановская РМ. Элементы практической психологии. – Ленинград: Лен. университет, 1988.

Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. – Ярославль: Академия развития, 1996.

Лук А.Н. Эмоции и личность. – М.: Знание, 1982.

Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. – М.: Международная Педагогическая Академия, 1994.

Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. – М.: Сфера, 1996.

Тарасенко С.Ф. Забавные поделки крючком и спицами. – М.: Просвещение, 1992.

Ушакова О., Шадрина Л. Развитие предпосылок связной речи. Журнал «Дошкольное воспитание», № 2, 1997.

Хухлаева О.В. Лесенка радости. – М.: Совершенство, 1998.

Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: Просвещение, Владос, 1995.

Я умею рисовать. – Минск: Белфаксиздатгрупп, 1996.

Здравствуй, я сам!

С благодарностью моим родителям

Тренинговая программа работы с детьми 3–6 лет

Предлагаемая программа предназначена для работы с детьми 3–6 лет в дошкольном учреждении. Она состоит из трех частей, каждую из которых можно использовать самостоятельно, однако все части тесно взаимосвязаны и в целом направлены на развитие восприятия, телесных ощущений, двигательной координации детей, умения осознавать и контролировать свои переживания, понимать собственное эмоциональное состояние.

В дошкольном возрасте восприятие превращается в особую познавательную деятельность: становится осмысленным, целенаправленным, анализирующим. В нем выделяются произвольные действия – наблюдение, рассматривание, поиск. Значительное влияние на развитие восприятия в этом возрасте оказывает речь. Дети активно используют названия качеств, признаков, состояний различных объектов и отношений между ними. Именно на этом этапе работа по специальной организации процесса восприятия у детей особенно важна.

Первая часть программы «Потрогаю, понюхаю, посмотрю, послушаю, и если это можно есть, то, конечно, скушаю» знакомит детей с различными видами восприятия.

По словам Л.С. Выготского, «…всякое восприятие имеет свое динамическое продолжение в движении… Эти части являются нераздельными моментами динамически целого, единого психофизиологического процесса» (Выготский, 2000, с. 855). Поэтому *вторая часть* программы – «Моя первая ступень в телесный мир» – направлена на развитие у ребенка основных отношений «восприятие – движение». Она построена на идее освоения ребенком личностного пространства посредством движения («мое тело – мой дом»).

Третья часть – «Здравствуй, я сам!» – вводит ребенка в сложный мир человеческих эмоций, помогает ему прожить определенное эмоциональное состояние, создать свой собственный «эмоциональный фонд», с помощью которого он сможет ориентироваться в своих чувствах и в чувствах людей, которые его окружают. И здесь важно не только развитие способности ребенка узнавать эмоции по мимике, жестам, поведению, словам людей и сказочных персонажей. Важно также,

чтобы в ходе занятий ребенок проживал каждую эмоцию на телесном уровне, наблюдал за своими телесными ощущениями и оценивал их. Таким образом развивается умение дифференцировать ощущения тепла и холода, напряжения и расслабления мышц тела, а также другие телесные ощущения.

Все занятия игровые, ведь игра – это основная деятельность ребенка, в которой он сначала эмоционально, а затем интеллектуально осваивает систему человеческих отношений.

Цели программы:

– развивать восприятие детей, их способность к формированию более точных и полных образов, обучая их различным способам обследования окружающего мира;

– учить детей произвольно улавливать основные телесные ощущения (тепло, холод), расслаблять и напрягать отдельные группы мышц;

– формировать навыки осознания чувств, ощущений своего тела;

– помогать детям осознавать эмоции и проживать их на телесном уровне;

– развивать навыки ассоциативно-образного восприятия;

– развивать самосознание, уверенность, внимание;

– повышать групповую сплоченность.

Структура, форма проведения и материальное обеспечение программы

Программа включает в себя *35 занятий* продолжительностью *от 30 до 40 минут:* первая часть – *8 занятий,* вторая часть – *10 занятий,* третья часть – *17 занятий.*

Занятия проводятся *1–2 раза в неделю* в форме *мини-тренингов* в подходящем помещении, где дети могли бы разместиться по кругу, сидя на стульчиках или на ковре.

Для работы по программе понадобятся магнитофон, кассеты с релаксационной музыкой, а также различные вспомогательные материалы, которые подробно описаны в сценариях занятий.

Квалификационные требования к ведущему

Вести занятия может педагог или психолог:

– имеющий опыт работы с дошкольниками, знающий их возрастные особенности;

– способный «собрать» внимание детей и удерживать его на протяжении всего хода занятия;

– внимательный, чутко реагирующий на изменения, происходящие в поведении детей по ходу занятия;

– находчивый, готовый к экспромту, умеющий заметить и

поддержать любой успех ребенка;

– «открытый», эмпатичный, принимающий детей такими, какие они есть.

Предварительное тестирование

В сентябре-октябре, перед началом занятий по программе, проводится диагностическое обследование детей 3–6 лет. В него входят: определение функциональной зрелости нервных процессов (теппинг-тест), заполнение карт сенсомоторного развития, составленных на основе диагностической методики оценки психомоторного развития дошкольника Н.О. Озерецкого и Н.И. Гуревича.

Теппинг-тест

Лист бумаги расчерчивается на шесть одинаковых частей, которые оформляются следующим образом.

1	2	3
4	5	6

Каждый ребенок получает по листу. Задание: как можно быстрее нанести карандашом точки в каждом квадрате («насыпать зернышки птичкам») в соответствии с нумерацией. Переход от одного квадрата к другому осуществляется по команде психолога. Продолжительность работы в каждом квадрате – 5 секунд.

Перед тестом дети должны поупражняться в выполнении задания в игровой форме («капает дождик»). Тест помогает оценить уровень зрелости нервной системы ребенка: он тем выше, чем больше точек в первом квадрате.

Показатели теппинг-теста свидетельствуют не только об уровне развития нервной системы, но и о типологической характеристике ребенка. Для детей со слабым типом нервной системы характерно значительное уменьшение количества точек в последующих квадратах. Сильный тип нервной системы характеризуется более высокой скоростью работы, стабильностью темпа при переходе от одного квадрата к другому или даже некоторым его нарастанием по сравнению с первым квадратом. Наряду со слабым и сильным типами нервной системы возможны

и промежуточные варианты.

Функциональная зрелость нервной системы обуславливает способность к проявлению произвольных действий. Поэтому не случайно в первые годы жизни уровень нервно-психического развития ребенка определяют по его движениям.

Заполнение карты сенсомоторного развития

Составленные карты сенсомоторного развития дошкольников просты в применении и достаточно информативны по содержанию.

Карта сенсомоторного развития детей 3 лет

Ф. И. О.	Равновесие	Координация движений	Скоординированность действий	Ориентация в пространстве	Мелкая моторика	Общее развитие
	Дотянуться до предмета, встав на цыпочки	Коснуться пальцем руки кончика носа	Хлопать в ладоши и притопывать одновременно	Пройти в определенную точку	Взять кубик большим и указательным пальцами	Рисовать человека

Карта сенсомоторного развития детей 3,5 лет

Ф. И. О.	Равновесие	Координация	Моторика руки	Двигательные автоматизмы	Моторика руки
	Стоять на одной ноге в течение двух секунд	Ловить и бросать мяч	Разворачивать конфету	Делать короткие прыжки на одной ноге	Рисовать квадрат

Карта сенсомоторного развития детей 4 лет

Ф. И. О.	Равновесие	Координация				Тонкая моторика		Мелкая моторика пальцев	Автоматизм движений		
	Сохранять равновесие в следующей позе: пятка правой ноги примыкает к носку левой; стопы расположены на прямой линии, руки — вдоль туловища	С закрытыми глазами коснуться указательным пальцем правой руки кончика носа и мочки левого уха, для левой руки — мочки правого уха				По сигналу должен уложить в коробку по одной все монеты (коробка размером 10×10 см стоит на столе, 20 монет диаметром 2 см разложены в беспорядке на расстоянии 5 см от нее)		Указательными пальцами горизонтально вытянутых рук описывает в воздухе круги одинакового размера в противоположных направлениях	Взрослый предлагает ребенку протянуть руку для приветствия (поздороваться)		
		прав. рука		лев. рука		ведущая рука	другая рука		прав. рука	лев. рука	две руки
	15 сек	нос	ухо	нос	ухо	15 сек	20 сек	10 сек			

Карта сенсомоторного развития детей 5 лет

Ф. И. О.	Равновесие	Мелкая моторика пальцев		Двигательные автоматизмы	Моторика рук	
	Устоять на носках с закрытыми глазами	1. На вытянутой руке скатать пальцами шарик из листа папиросной бумаги размером 5×5 см (без помощи другой руки) 2. Одновременно двумя руками уложить спички в два спичечных коробка, лежащих на столе (около них лежит по 10 спичек)		Сохраняя прямолинейность движения, прыжками на одной ноге преодолеть расстояние в 5 метров (другая нога согнута в колене)	Намотать нитку (2 м) на катушку	
		Ведущая рука	Другая рука		Ведущая рука	Другая рука
	10 сек.	15 сек	20 сек		15 сек	20 сек

Карта сенсомоторного развития детей 6 лет

Ф. И. О.	Статическое равновесие		Точность и координация движений	Тонкая моторика руки	
	Устоять на одной ноге, другая нога согнута, приставлена стопой к колену и отведена в сторону под углом в 90 градусов. Через 30 секунд отдыха повторить с опорой на другую ногу		Попасть мячом в цель 25×25 см с расстояния 1,5 м (диаметр мяча 8 см)	Разложить 36 игральных карт (или им подобных) одной рукой на четыре кучки	
	Прав. нога	Лев. нога		Вед. рука	Др. рука
	10 сек	10 сек		35 сек	45 сек

Проанализировав выполнение тестовых заданий, можно получить достаточно точную информацию о состоянии и уровне развития центральных механизмов организации психомоторики ребенка 3–6 лет. Последующая работа в рамках программы «Здравствуй, я сам!» позволяет развить координацию и двигательные навыки детей.

1. Потрогаю, понюхаю, посмотрю, послушаю, и если это можно есть, то, конечно, скушаю

Занятие 1

Цели:

снять эмоциональное напряжение у детей; настроить их на совместную работу; познакомить с понятиями «внутренний контур» и «внешний контур».

Материалы:

аудиозаписи «Лес», «Озеро», «Дождь. Гроза» из серии «Волшебство природы»; карандаши (красные, синие, зеленые, желтые, фиолетовые, коричневые, черные, серые); листы бумаги (формат А3) для рисования; эмблемы с изображением радуги – по количеству детей; карта Волшебной страны (см. Приложение 1), нарисованная фигурка человечка Радужки (см. Приложение 2, рис. 1)[6].

Ход занятия

♦ Здравствуйте, я рада вас видеть. Давайте возьмемся за руки и вместе скажем: «Доброе утро!» Сегодня мы с вами будем говорить об одной из частей тела. Вспомните, какие части тела вы знаете.

Вверху находится… голова, дальше – шея, туловище, руки, ноги. Молодцы! Поговорим подробно о той части тела, которая находится вверху. Это – голова.

У всех есть голова? Потрогайте ее. А что есть на голове? Волосы. У всех есть волосы? Покажите их, пожалуйста, и потрогайте. Еще на голове есть лоб. Погладьте свой лобик. Брови. Покажите свои брови. Глаза. Закройте свои глазки, а теперь откройте их. Кто из вас может подмигнуть одним глазом? Подмигните своему соседу справа. Нос. Вдыхаем воздух через нос и выдыхаем через нос. Сделаем так еще два раза. Щеки. Погладьте свои щечки. Рот. Верхняя губа – проведем по ней указательным пальчиком. Нижняя губа – и ее погладим. Теперь широко откроем рот, сложим губы трубочкой, растянем их в улыбке. И еще у нас есть подбородок. Погладим его. Очень хорошо. Ребята, а как называется одним словом часть головы человека, на которой расположены глаза, нос, рот? Лицо! Правильно, молодцы! Лицо дает много информации о человеке, но об этом поговорим на следующих занятиях.

♦ А сейчас будем рисовать контур головы, но не снежного человека, собаки, зайца, а вашей и в полную величину. Для этого вы по одному подходите ко мне и ложитесь спиной на ковер. Я буду подкладывать большой лист бумаги каждому под голову и обводить голову фломастером. Кто хочет быть первым? Посмотрите, какой получился контур Сережиной головы. Сейчас мы его подпишем. Кто следующий? Теперь положите листы перед собой и слушайте меня внимательно.

♦ Итак, отправляемся в путешествие. Закройте глаза и представьте, что мы идем по лесу. *(Звучит музыка из серии «Волшебство природы» – «Лес».)* Как красиво вокруг! Вдруг откуда ни возьмись набежала туча, и пошел сильный дождь. *(Звучит музыка из серии «Волшебство природы» – «Дождь. Гроза».)* Все спрятались под большим раскидистым дубом, а дождик так же быстро прошел, как и начался. После дождя на небе появилась красивая радуга, и тропинка, по которой мы шли, стала разноцветной и зовущей вперед. Птицы запели еще звонче, и скоро мы все оказались на большой поляне перед входом в Волшебную страну, где живут добрые и смешные человечки. Давайте откроем глаза. Перед нами восемь ворот. Чтобы попасть в страну, нужно каждому пройти через одни из них. А ворота не простые – все разноцветные: красные, желтые, синие, черные, коричневые, фиолетовые, зеленые, серые. *(Ведущий выкладывает на ковре перед детьми карандаши восьми цветов.)* И удивительны они тем, что через ворота какого цвета пройдешь, такого цвета на сегодня и сам станешь. Встречает нас маленький смешной

человечек по имени Радужка приветствием:

Здравствуйте, гости дорогие!

В разноцветные врата
Заходите все сюда!
Заходите, мальчики,
Заходите, девочки.

Запомнили, через ворота какого цвета прошел каждый из вас? Возьмите карандаш того же цвета и обведите внутренний контур рисунка своей головы, но сначала посмотрите, как это буду делать я. Замечательно! У нас получаются разноцветные («радужные») портреты.

♦ Итак, мы прошли через ворота. Радужка будет нашим верным другом, помощником и экскурсоводом в Волшебной стране. «Как я рад, что вы ко мне пришли. Устали с дороги? – спрашивает он. – Чтоб отдохнуть да сил набраться, надо, дети, искупаться».

Вот перед вами восемь озер, и все разного цвета: красное, желтое, зеленое, синее, черное, серое, коричневое и фиолетовое. Выбирайте любое. Закройте, пожалуйста, глаза и представьте, что вы плаваете в одном из озер. Вы плещетесь в теплой воде. *(Звучит музыка из серии «Волшебство природы» – «Озеро».)* Посмотрите, какого она цвета? А сейчас откройте глаза. Теперь вы сильные, здоровые и отдохнувшие. Возьмите карандаш того же цвета, каким было ваше озеро, и обведите им внешний контур рисунка своей головы. У нас с вами получаются «радужные портреты». На последующих занятиях мы продолжим их рисовать.

А теперь посмотрим на карту Волшебной страны и выберем домик, в который пойдем в следующий раз. *(Дети рассматривают карту, выбирают домик.)* А сейчас скажем Радужке: «До скорого свидания!»

Закройте глаза и представьте, что мы возвращаемся по лесной тропинке в наш детский сад. *(Звучит музыка – «Лес».)*

♦ Открывайте глаза. Мы снова в садике. Чтобы вы не забыли про Волшебную страну, где сегодня оказались, я подарю каждому маленькую радугу, которая будет напоминать о радужных воротах и озерах. *(Эмблема сделана из самоклеящейся цветной бумаги. Дети прикрепляют ее к рубашкам и платьям.)* Ваши рисунки я забираю с собой. На следующем занятии нас ждут удивительные приключения. До свидания!

Занятие 2

Цели:

совершенствование восприятия; тренировка слуховых ощущений; закрепление навыков исследования предметов с помощью соответствующих органов чувств.

Материалы:

аудиозаписи «Домашняя песенка», «Лес», «Озеро» из серии «Волшебство природы»; «радужные портреты» на листах бумаги формата А3 (см. Занятие 1); карандаши (красные, желтые, зеленые, серые, синие, фиолетовые, черные, коричневые); колокольчик, корзина с музыкальными инструментами: бубном, ложками, треугольником, румбой, маракасом, трещоткой; карта Волшебной страны (см. Приложение 1), нарисованные фигурки Радужки и человечка с большими ушами (см. Приложение 2, рис. 1, 2); набор карточек «Домашние животные».

Ход занятия

♦ Доброе утро! Давайте поздороваемся друг с другом. Для этого я возьму колокольчик, подойду к кому-то из вас и позвоню около ушка, пропою имя и приветствие. Миша, доброе утро! Теперь Миша берет колокольчик и идет к тому, с кем он будет здороваться… и т. д. Молодцы!

А теперь давайте вспомним, что мы делали на прошлом занятии. Да, мы с вами путешествовали в Волшебную страну, рисовали свой «радужный» портрет, плескались в разноцветных озерах и выбирали домик, в который пойдем сегодня. Посмотрите на карту.

♦ Наше путешествие начинается. Закройте глаза и представьте, что мы идем по лесу. *(Звучит музыка из серии «Волшебство природы» – «Лес».)* Как красиво вокруг! И вот мы оказались перед входом в Волшебную страну. И снова перед нами разноцветные ворота: красные, желтые, зеленые, синие, черные, серые, коричневые и фиолетовые. И конечно же, вы помните, что через ворота какого цвета пройдешь, такого цвета и сам на сегодня станешь. Запомните, через какие ворота вы вошли сегодня в волшебную страну. *(На ковре лежат цветные карандаши.)* Откройте глаза. Возьмите карандаш цвета ворот и обведите внутренний контур рисунка своей головы. *(Если кто-то из детей отсутствовал на предыдущем занятии, сначала обведите на листе контур его головы.)* Посмотрите, как это буду делать я. Замечательно!

Давайте вспомним волшебные озера. Какого они цвета? Закройте, пожалуйста, глаза и представьте, что вы опять плаваете в одном из них. Вы плещетесь в теплой воде. *(Звучит музыка из*

серии «Волшебство природы» – «Озеро».) Посмотрите, какого она цвета? А сейчас откройте глаза. Теперь вы сильные, здоровые и отдохнувшие. Выберите карандаш того же цвета, какого было ваше озеро, и обведите им внешний контур рисунка своей головы. Наши «радужные портреты» становятся все красивее. Положите, пожалуйста, их перед собой.

♦ Теперь вместе с Радужкой постучимся в домик, который мы выбрали на прошлом занятии. Тук-тук-тук. Кто в домике живет? И вот перед нами появился незнакомый человечек. *(Ведущий показывает нарисованную фигурку человечка с большими ушами).* Посмотрите на него внимательно. Есть ли в его внешнем виде что-то особенное? Конечно! У него большие уши. По форме они похожи на…? На морские ракушки, а то, что мы видим на рисунке, называют ушной раковиной. Это самая большая видимая часть уха человека. Кончик ушной раковины называется мочкой. А как вы думаете, каким именем можно назвать этого человечка? *(Ответы детей: Ушастик, Слухач, Большеухий, Лопоухий, Чебурашка.)* Имя веселому человечку выбрали – это Ушастик.

А для чего уши нужны? *(Ответы детей: чтобы слушать, слышать, чтобы мы могли общаться друг с другом, чтобы слушать магнитофон.)*

Да, ребята, вы правы. И нашему человечку уши помогают слушать, как птица поет, слышать, как рыба плывет. А вы слушать внимательно умеете? Вот мы сейчас это и проверим.

Закройте глазки, давайте послушаем, какие звуки слышны с улицы? Открывайте глаза. Кто что услышал? *(Сигнал автомобиля, лай собаки, скрежет лопаты, которой дворник убирает снег с дороги.)*

Снова закройте глаза и послушайте теперь, какие звуки есть в нашей группе. Открывайте глаза. Кто что услышал? *(Лампа гудит, птичка в клетке чирикает, вода из крана капает.)*

♦ Что-то вы мало звуков услышали. Может быть, массаж поможет вашим ушкам услышать больше? Потерли ладошки друг о друга, чтобы они стали горячими. Правую ладошку положите на правое ухо, левую – на левое. Тепло? Потрем ушки. Делаем это бережно. Возьмемся за мочки уха и аккуратно потянем их вниз три раза. Раз, два, три. Теперь возьмемся за серединку ушной раковины и потянем ушки в стороны три раза, потом – за верхний край и потянем вверх три раза, пощиплем их снизу вверх и сверху вниз и снова послушаем звуки на улице и в группе… Удалось ли вам услышать больше звуков? Помог ли вам массаж? Да!

♦ А еще я приготовила для вас целую корзину с шумом. *(Ведущий показывает корзину, накрытую платком или покрывалом, в которой лежат музыкальные инструменты.)*

Сейчас я с помощью музыкальных инструментов буду издавать разные звуки, а вы попробуете определить, какой это инструмент. *(По мере угадывания инструменты выкладываются в центр круга, а когда корзина опустеет, педагог может предложить детям самим попробовать поиграть на них.)*

Первый инструмент, звуки которого вы отгадали, – бубен. Дима, попробуй поиграть на нем. Отлично! Передай его Кате, своей соседке, а сам попробуй сыграть на трещотке. Катя отдает бубен своему соседу Коле и берет у Димы трещотку и т. д. *(Когда все инструменты окажутся у детей в руках, обратите внимание на то, как стало шумно и как от этого тяжело различать звуки.)* Последний ребенок в кругу складывает инструменты в корзину. *(По мере того как звучащих инструментов становится все меньше, обратите внимание детей на то, что различать звуки становится легче.)* И вот все инструменты снова лежат в корзинке. Давайте послушаем тишину.

♦ Молодцы! Предлагаю погладить ушки. Погреть их. Сейчас мы будем слушать «Деревенскую песенку». Пока она будет звучать, постарайтесь быть внимательными и услышать голоса всех домашних птиц и животных, которые в ней прозвучат. *(После прослушивания песенки Ушастик предлагает детям назвать животных, чьи голоса прозвучали. Потом можно нарисовать их или выбрать карточки с картинками из набора «Домашние животные». Ведущий помогает детям приклеить животных на карту Волшебной страны рядом с домом Ушастика.)*

Дети прощаются с волшебными человечками Радужкой и Ушастиком, выбирают домик, в который отправятся на следующем занятии.

(Звучит музыка «Лес».) Ребята, закройте глаза и представьте, как вы идете по лесной тропинке и возвращаетесь в детский садик.

♦ На этом наше занятие заканчивается. Давайте прошепчем друг другу на ушко слова благодарности за хорошую работу на занятии: «Спасибо, Оля, мне было очень приятно с тобой работать». До новых встреч!

Занятие 3

Цели:

совершенствование восприятия; тренировка зрительных ощущений; закрепление навыков исследования предметов с помощью соответствующих органов чувств.

Материалы:

корзинка, в которой лежат игрушки и разные предметы; зеркала (по количеству детей); аудиозаписи «Лес», «Озеро» из серии «Волшебство природы»; листы бумаги (формат А3) для рисования; «радужные портреты»; схематичный рисунок глаза (по количеству детей); карандаши (красные, желтые, зеленые, серые, синие, фиолетовые, черные, коричневые); карта Волшебной страны (см. Приложение 1), нарисованные фигурки Радужки, Ушастика и человечка с большими глазами (см. Приложение 2, рис. 1–3).

Ход занятия

♦ Здравствуйте, рада вас видеть. Давайте поздороваемся. А поможет нам мячик. Я передам его тому, с кем встречусь глазами. Я встретилась глазами с Олей, кивнула головой в знак приветствия, и мячик катится по полу от меня к ней. Теперь Оля встретится с кем-нибудь взглядом… *(все дети по очереди встречаются взглядами)*. Замечательно! Давайте вспомним, что мы делали на прошлом занятии.

♦ *С помощью направленного воображения дети попадают в Волшебную страну, затем рисуют «радужные портреты» (см. Занятие 1) и вместе с Радужкой и Ушастиком оказываются у второго домика.*

Интересно, с кем мы сегодня встретимся? Давайте постучимся в дверь. Тук-тук-тук. Кто в домике живет? А вот и хозяин, еще один веселый человечек. Посмотрите, есть ли в его внешнем виде что-то необычное. Обратите внимание на его лицо. Да, у него большие глаза. Попробуйте придумать ему такое имя, чтобы люди, которые его не видели, догадались о его особенности. *(Ответы детей: Глазастый, Большеглазый, Лупоглазый, Видик, Смотрелкин, Всевидящий, Глазка)*. Давайте выберем ему какое-то одно имя. Хорошо, пусть это будет Глазка.

♦ А для чего нам нужны глаза? *(Ответы детей: чтобы смотреть, чтобы видеть, чтобы не упасть, цвета различать, книжки читать и телевизор смотреть, плакать.)* Совершенно верно. Давайте рассмотрим, из каких частей состоит наш глаз. *(Ведущий берет схематичное изображение глаза, называет и показывает на рисунке все части.)* У глаза есть верхнее веко с ресницами и нижнее веко с ресницами. В центре находится черная точка, которая называется зрачок, а вокруг зрачка располагается радужная оболочка. У каждого она своего цвета.

Сейчас возьмите у меня зеркала и внимательно рассмотрите свои глазки. Найдите у себя верхнее веко с ресничками, нижнее веко с ресничками, зрачок, а теперь посмотрите, какого цвета ваша радужная оболочка. У меня она зеленая, поэтому можно

сказать, что я зеленоглазая. У Бори она какого цвета? Серая, значит, можно сказать, что он сероглазый, и т. д. *(пока все дети не назовут цвет своих глаз).*

Теперь по одному подойдите ко мне, положите зеркала в коробочку, возьмите рисунок глаза и раскрасьте зрачок черным цветом, а радужную оболочку – цветом своих глаз. Тот, кто забыл, какого цвета его глаза, может еще раз посмотреться в зеркало. Отлично!

♦ Положите рисунки перед собой. Давайте сделаем гимнастику для глаз. Закроем правый глаз, левый глаз. Откроем правый глаз, левый глаз. Закроем оба глаза. Откроем оба глаза. Моргнем правым глазом три раза, левым глазом – три раза, обоими глазами – три раза. А теперь крепко зажмурим их. Откроем глазки. Очень хорошо. Смотрите, у меня в руках маленькая игрушечка. Я буду перемещать ее в разные стороны, а вы будете следить за ней глазками, не поворачивая головы. Теперь сложите ладошки лодочкой, подуйте в них теплым воздухом и накройте ими глаза. Пусть глаза согреются и отдохнут после гимнастики.

Теперь давайте наши глазки потренируем. Посмотрите внимательно на своих соседей: во что они одеты, обуты, какие у них прически. Посмотрели? Я прошу Катю выйти в середину, а мы постараемся как можно точнее описать ее. Молодцы!

♦ Перед вами корзина. В ней лежат разные предметы, игрушки. Вы выберете для себя что-то глазками, по одному подойдете к корзинке и возьмете выбранный предмет. Внимательно рассмотрите его и поставьте в центр нашего круга. Сейчас вы закроете глаза, а я уберу какой-нибудь предмет. Попробуйте отгадать, что спрятано?

Давайте выберем игрушку. Внимательно рассмотрим ее, спрячем под платок и постараемся как можно точнее описать: какая она, во что одета, какой величины, из чего сделана? Отлично!

♦ А теперь скажем спасибо волшебному человечку Глазке, ведь благодаря ему мы так много узнали о своих глазах. На следующем занятии нас ждет еще одна интересная встреча.

(Звучит музыка «Лес». Дети закрывают глаза.) Представьте, что вы по лесной тропинке возвращаетесь в детский садик.

♦ На этом наше занятие заканчивается. До свидания.

Занятие 4

Цели:

совершенствование восприятия; тренировка обоняния;

закрепление навыков исследования предметов с помощью соответствующих органов чувств.

Материалы:

аудиозаписи «Лес», «Озеро» из серии «Волшебство природы»; «радужные портреты»; листы бумаги (формат А3) для рисования; карандаши (красные, желтые, зеленые, серые, синие, фиолетовые, черные, коричневые); карта Волшебной страны (см. Приложение 1), нарисованные фигурки Радужки, Ушастика, Глазки и человечка с большим носом (см. Приложение 2, рис. 1–4); цветы с запахами эфирных масел: ландыш, роза, лаванда, жасмин – по количеству детей; коробочки с пряностями – тмином, гвоздикой, мятой и т. д. и карточки с их названиями (рядом с названием приклеены несколько семян из соответствующей коробочки для контроля); живой цветок розы или хризантемы.

Ход занятия

♦ Доброе утро. Я рада вас видеть. Давайте поприветствуем друг друга. А поможет нам цветок розы. Сейчас я вдохну ее нежный аромат, повернусь к своему соседу слева, передам ему розу и скажу: «Ваня, я рада тебя видеть!» Отлично. Вспомните, что мы делали на прошлом занятии.

♦ *С помощью направленного воображения дети попадают в Волшебную страну, затем рисуют «радужные портреты» (см. Занятие 1) и вместе с Радужкой, Ушастиком и Глазкой стучат в дверь домика, где живет еще один человечек.*

«Здравствуйте, ребятки! Как я рад, что вы и в мой домик заглянули. Давайте знакомиться, да вот имени у меня нет». *(Ведущий предлагает внимательно рассмотреть этого человечка.)* Может быть, и в его внешнем облике есть что-то необычное? Конечно – у него очень большой нос. А для чего нам нужен нос? *(Ответы детей: чтобы нюхать, сморкаться, запахи различать, дышать, чтобы воздух вдыхать и выдыхать.)* Давайте придумаем ему имя. *(Вдох-выдох, Большеносый, Носатый, Носорог, Нюхалкин, Нюхач, Ноздряк, Нюх-Нюх, Носопыркин.)* Выберем из всех названных вами имен какое-нибудь одно. Пусть это будет Нюх-Нюх. *(Обращаясь к человечку.)* Ну как, человечек, нравится тебе твое имя? «Да, оно мне очень подходит».

♦ А теперь давайте поиграем. Для начала подойдите ко мне, возьмите зеркала, рассмотрите свои носики и ответьте мне на один вопрос. Какие части носа мы видим? Давайте называть и показывать их на своем лице. Наружные отверстия носа называются «ноздри». У нас есть правая ноздря (обведите ее указательным пальчиком) и левая ноздря. С их помощью мы

можем вдыхать и выдыхать воздух. Сделаем глубокий вдох и выдох. Посмотрите, что происходит с вашим носом, когда вы дышите? Его бока то поднимаются вверх, то опускаются вниз, как крылья у птицы, поэтому говорят, что у носа есть правое крыло и левое крыло. Верхняя часть носа, примыкающая ко лбу, называется переносица. Предлагаю вам сделать гимнастику для носа. Глубоко вдохнули воздух – выдохнули, еще раз вдохнули – выдохнули, и последний раз вдохнули – выдохнули. Теперь указательным пальцем правой руки прижали правое крыло носа к середине, закрыли правую ноздрю и дышим только левой ноздрей. Сделаем три вдоха и три выдоха, а сейчас подышим только правой ноздрей. Очень хорошо! Погладим крылья носа указательным пальчиком, погладим переносицу снизу вверх и сверху вниз. Молодцы!

♦ Посмотрите, у меня в руках красивые коробочки. В них находятся разные травы – пряности. У каждой есть свой неповторимый запах. На ковре я выложу карточки с образцами трав и названиями. Они такие же, как и те, что лежат в коробочках. Вы будете передавать друг другу коробочки и вдыхать разные запахи. Отгадайте, запах какой травы вы понюхали? Если не знаете, как она называется, найдите ее образец на карточках, лежащих перед вами, и попробуйте прочитать название *(если дети уже умеют читать)*.

Когда все коробочки с травами и присущими им запахами будут обследованы и названы, ведущий может предложить детям поиграть в игру «Найди пару». Для этого все закрытые коробочки с травами и все карточки с образцами трав и их названиями перемешиваются, кто-то из детей берет карточку, кто-то коробочку, и каждый ищет свою пару. Когда пара найдена, ребята садятся рядом на ковер и выкладывают перед собой карточку и коробочку с травой.

Отлично!

♦ Давайте дадим своим носикам отдохнуть и сделаем несколько глубоких вдохов и выдохов. Нам пора прощаться с чудесным человечком. Скажем ему «спасибо» и «до свидания». На прощание Нюх-Нюх дает детям совет: «Через лес идите не торопясь, остановитесь отдохнуть на солнечной полянке, вдохните запахи окружающих вас цветов и трав, а уж потом отправляйтесь в садик. Но просто так я вас не отпущу. Я приготовил вам подарки – маленькие цветочки из картона, к которым приклеены кусочки поролона, пропитанные разными цветочными ароматами». *(Ведущий предлагает детям подойти к столу и взять любой цветок.)*

♦ *Звучит музыка «Лес». Дети ложатся на ковер и закрывают*

глаза.

Представьте, что вы шли по тропинке и вышли на лесную поляну, залитую солнечным светом, легли в мягкую травку, слушаете щебет птиц. Вокруг растут удивительные цветы, вы рассматриваете их, вдыхаете аромат. Понюхайте и цветочек, который вы получили от Нюх-Нюха в подарок. Теперь потянитесь, позевайте, откройте глаза. Мы вернулись в детский садик.

Если осталось время, есть желание и дети не устали, то можно предложить им нарисовать чудесный цветок, который каждый из них рассматривал на лесной поляне.

♦ Наше занятие заканчивается. До свидания.

Занятие 5

Цели:

совершенствование восприятия; тренировка вкусовых ощущений; закрепление навыков обследования предметов с помощью соответствующих органов чувств.

Материалы:

аудиозаписи «Лес», «Озеро» из серии «Волшебство природы»; «радужные портреты»; листы бумаги (формат А3) для рисования; карандаши (красные, желтые, зеленые, серые, синие, фиолетовые, черные, коричневые); карта Волшебной страны (см. Приложение 1), нарисованные фигурки Радужки, Ушастика, Глазки, Нюх-Нюха и смешного человечка (см. Приложение 2, рис. 1–5); мелко нарезанные кусочки черного хлеба, сыра, печенья, яблока, апельсина, банана, лимона, грейпфрута, груши, конфеты; карточки с изображениями перечисленных продуктов, фруктов и четыре карточки с надписями «кислый», «сладкий», «соленый», «горький».

Ход занятия

♦ Я рада вас видеть. Давайте возьмемся за руки и скажем друг другу: «Доброе утро!» – сначала шепотом, потом обычным голосом, а потом – прокричим.

♦ *С помощью направленного воображения дети попадают в Волшебную страну, затем рисуют «радужные портреты» (см. Занятие 1) и вместе с Радужкой, Ушастиком, Глазкой и Нюх-Нюхом стучат в дверь домика, где живет еще один житель Волшебной страны.*

А вот и он. Мне кажется, что он нас дразнит. «Да нет, я вас не дразню, я вам очень даже рад и приготовился подарки ваши пробовать, что-нибудь вкусненькое: мороженое, пирожное,

тортик, конфеты». Ой, как неудобно получилось, что мы без подарков пришли! Но это легко исправить. Ребята, возьмите листочки бумаги, карандаши, и каждый нарисует веселому человечку лакомство. *(На эту работу детям отводится 5-10 минут.)* Отлично получилось!

«Спасибо вам, ребятки. Вы уже догадались, что я больше всего люблю делать? Конечно, мне очень нравится все пробовать на вкус. Хочется, чтобы вы и мне придумали имя. *(Ответы детей: Обжора, Сластена, Вкусик.)* Из всех имен, названных вами, мне больше всего нравится Вкусик. Пусть будет Вкусик».

Пирожное, мороженое по вкусу – сладкие. А как вы думаете, все ли из того, что попадает к нам в рот, имеет сладкий вкус? Или вы знаете еще какие-то вкусы? Кислый, соленый, горький – правильно. Как вы думаете, что помогает нам различать вкус? Наш язык. Оказывается, на нашем язычке есть специальные вкусовые сосочки, и как только к нам в рот попадает пища, мы можем сказать, какого она вкуса, и угадать ее название. Сладкое лучше всего чувствует кончик языка, края языка помогают нам почувствовать кислое, а основание языка – горькое.

♦ Давайте сделаем гимнастику для языка. Сначала покажем друг другу только кончик языка. А теперь – весь язык. И еще раз: кончик и весь язычок. Теперь сделаем своим язычком движения вверх и вниз – три раза; влево и вправо – три раза. Молодцы! «Покрасим» кончиком языка верхнюю губу, нижнюю губу и будем вращать язычком по кругу. Отлично! У вас здорово получилось.

♦ Сейчас язычок поможет нам определить не только вкус разных продуктов, но и их название. *(Ведущий называет и выкладывает на ковре четыре карточки с названиями: сладкий, кислый, соленый, горький; рядом – карточки с изображениями продуктов и фруктов, которые дети будут пробовать.)* Перед вами первая тарелочка, накрытая салфеткой, на ней лежат нарезанные кусочки продуктов. Сейчас тот, кто сидит справа от меня, закроет глаза. Я подойду к нему и дам попробовать один из кусочков. Женя, попробуй определить его вкус, какой он? Сладкий, соленый, кислый или горький? Вкус – сладкий. Хорошо, а ты догадался, что пробовал? Ты думаешь, это банан? Возьми карточку с изображением банана и положи ее под словом «сладкий». Теперь остальные дети закрывают глаза. Я даю вам пробовать кусочки продуктов из первой тарелочки, а вы проверяете, правильно ли Женя угадал название и определил вкус. Как вы считаете, это был банан? А какого он вкуса? Ну что ж, вы правильно отгадали, что лежало на первой тарелочке. Посмотрим, сможете ли вы так же точно определить, что лежит на второй тарелочке. Справа от Жени сидит Юля, ей первой

пробовать и определять, что лежит на тарелочке и какого вкуса… *(Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый из детей не поучаствует в определении продукта и его вкуса.)* Вы замечательно потрудились. Давайте посмотрим, правильно ли вы разложили на ковре карточки под словами «сладкий», «кислый», «соленый», «горький»? А вот под словом «горький» лежит карточка только с названием грейпфрут. Что может быть еще горьким по вкусу, как вы думаете? *(Ответы детей: трава, таблетка, грязь, перец, горчица.)* Вкусик остался доволен тем, что вы правильно отгадали вкус всех продуктов.

♦ Снова вернемся к вашим рисункам, подаренным Вкусику в начале занятия. Сейчас каждый возьмет свой рисунок с лакомством и скажет, какого оно вкуса. Отлично! Положите рисунки в центр круга. Давайте скажем Вкусику спасибо за участие в нашем занятии, простимся с ним и его братьями. До скорой встречи!

(Звучит музыка «Лес». Дети закрывают глаза.) Представьте, что вы по лесной тропинке возвращаетесь в детский садик.

♦ На этом наше занятие завершается. До свидания.

На данном занятии дети заканчивают рисовать «радужные портреты». По ним ведущий группы может отследить преобладающий у каждого ребенка цвет и определить эмоциональное состояние на основе качественного анализа цветовых предпочтений по тесту Люшера.

Полученные данные могут быть использованы как основа для проведения более глубокой индивидуальной диагностической, психопрофилактической и коррекционной работы.

Значения цветов [7]

Синий – цвет спокойствия, довольства, удовлетворенности. Выбор синего цвета отражает потребность в эмоциональном покое, мире, гармонии; потребность в спокойном упорядоченном окружении, свободном от беспорядка и ограничений, в котором события происходят плавно. Предпочтение синего цвета связано с потребностью чувствовать доверие к окружающим, ощущать взаимное доверие в отношениях.

Отвержение синего цвета означает, что человек избегает расслабляющего покоя. При заболевании или переутомлении потребность в синем цвете возрастает.

Зеленый – отражает настойчивость, волевое напряжение. Зеленый цвет символизирует настойчивость в отстаивании своих позиций, возможность управлять другими, направлять их. У таких людей высокая оценка своего «Я», они стремятся к самоуверенности и к уверенности вообще.

Отвержение зеленого цвета говорит о том, что человек находится на грани физического и психического истощения.

Красный – характерен для сангвиников. Это стремление получать результаты, добиваться успеха, влечение к активному действию, борьбе, соревнованию, инициативе во всем.

Отвержение красного цвета – «поиск защиты» от всего, что может в дальнейшем возбудить, истощить или ослабить.

Желтый – отсутствие напряженности, эмоциональный фон радости, надежд, оптимизма, раскованность, освобождение от проблем и ограничений.

Фиолетовый – уход в мир фантазий, романтизм, компенсаторная работа воображения, потребность в поддержке, опоре.

Коричневый – состояние идентификации без игнорирования реальности, привязанность к корням, домашнему очагу, потребность в безопасности.

Отвержение коричневого цвета – сильное желание выделиться.

Черный – это «нет», отказ, протест против существующего положения.

Серый – равнодушие, безучастность, осторожность, сдержанность, социальная изоляция.

Занятие 6

Цели:

создание положительного эмоционального фона; закрепление знаний об органах чувств, полученных на прошедших занятиях.

Материалы:

аудиозаписи «Лес», «Озеро» из серии «Волшебство природы»; «радужные портреты»; карандаши (красные, желтые, зеленые, серые, синие, фиолетовые, черные, коричневые); карта Волшебной страны (см. Приложение 1), нарисованные фигурки Радужки, Ушастика, Глазки, Нюх-Нюха, Вкусика (см. Приложение 2, рис. 1–5).

Ход занятия

♦ Здравствуйте, я рада вас видеть. Давайте возьмемся за руки и вместе скажем: «Доброе утро!» – шепотом, зевая, обычным голосом, прокричим.

На прошлых занятиях мы с вами рисовали «радужные портреты», путешествовали по Волшебной стране. Радужка был нашим экскурсоводом, знакомил со своими веселыми братцами.

Давайте вспомним их имена: Ушастик, Глазка, Нюх-Нюх, Вкусик. Почему у них такие имена? Да, у Ушастика были большие уши, у Глазки – глаза… А что нового мы узнали от Ушастика о своих ушах, чему научились? Правильно, теперь вы умеете делать массаж своим ушкам, знаете, что видимую часть уха называют ушной раковиной, а ее кончик – мочкой. Знаете, из каких частей состоит глаз…

♦ Сегодня вы будете рисовать свой портрет. Сначала мы еще раз нарисуем контур вашей головы в полную величину. Пожалуйста, подходите ко мне по одному и ложитесь спиной на ковер. Я подложу большой лист бумаги каждому под голову и обведу ее фломастером. Кто хочет быть первым? Посмотрите, какой контур Дашиной головы получился. Сейчас мы его подпишем. Кто следующий?

Тот, у кого контур головы получился, может найти себе удобное место в группе, взять фломастеры или карандаши и приняться за работу. Чтобы портрет получился точнее, подойдите ко мне и возьмите зеркала. Внимательно рассмотрите все части своего лица: брови, нос, рот; посмотрите, какие у вас глаза, волосы, какого они цвета; может быть, кто-то сможет рассмотреть и форму своего уха. Все рассмотрели? Отлично.

Приступайте к работе. Тот, кто закончит рисовать, садится на ковер и кладет портрет перед собой. *(Ведущий включает спокойную музыку.)*

Теперь, когда портреты готовы и мы все снова сидим в кругу, давайте покажем их друг другу и устроим в группе портретную галерею.

♦ На этом наше занятие заканчивается. До свидания.

Занятие 7

Цели:

совершенствование восприятия; тренировка тактильных ощущений; закрепление навыков обследования предметов с помощью органов осязания.

Материалы:

аудиозаписи «Лес», «Озеро» из серии «Волшебство природы»; карта Волшебной страны (см. Приложение 1), нарисованные фигурки Радужки, Ушастика, Глазки, Нюх-Нюха, Вкусика и чувствительного человечка (см. Приложение 2, рис. 1–6); игра «Бирюльки»: в деревянной мисочке, накрытой тканью, лежат мелкие деревянные предметы – тарелка, стакан, грибок, бутылка, волчок, шар, цилиндр, кастрюля, ваза и т. д. (набор предметов

может быть произвольным); мешочки с разными наполнителями (манная крупа, фасоль, каштаны, маленькие веточки деревьев, хвоя, картонные квадратики, поролон, вата, кусок материи, детали иппликатора Кузнецова и т. д.); карточки с названиями содержимого мешочков; коврики для хождения: спортивные, с пришитыми пуговицами, с деревянными реечками, из пенопласта, из поролона и т. д.

Ход занятия

♦ Я рада вас видеть. Давайте поздороваемся, для этого потрем свою ладонь о ладошку соседа слева. Мы потремся ладошками со Славой. Доброе утро. Слава потрется ладошкой с Петей… А теперь давайте поздороваемся коленями, плечами, спинами, ступнями, лбами… Замечательно! Надеюсь, что уже все готовы к путешествию в Волшебную страну, где живут наши друзья – веселые человечки. Давайте отправимся туда все вместе.

♦ *С помощью направленного воображения дети попадают в Волшебную страну и вместе с Радужкой, Ушастиком, Глазкой, Нюх-Нюхом, Вкусиком оказываются у двери еще одного волшебного домика.*

Смотрите, в этот раз хозяин сам нас встречает. «Здравствуйте, гости дорогие! Я вас давно поджидаю. Уж очень хочется, чтобы вы и мне имя придумали, а то братья надо мной смеются, ведь нет у меня во внешнем виде ничего особенного: ни больших ушей, ни большого носа, ни глаз больших, ни длинного языка. Зато кожа моя очень чувствительная и много о чем рассказать может: холодный, теплый или горячий предмет; мягкий или твердый, гладкий или шершавый, а может быть, он колючий? Из ткани он сделан или из меха, а может быть, из дерева, резины, стекла или пластмассы? А еще я с закрытыми глазами могу распознать любой предмет, к которому прикоснусь». Ребята, поможем этому человечку, придумаем ему имя *(Ответы детей: Внимательный, Щупалка, Всезнайка, Трогалка, Кожаный.)* Нет, он такой Чувствительный, давайте его так назовем! Все согласны назвать его Чувствительный? Хорошо, пусть так и будет. Ну что, нравится тебе имя? «Очень. Спасибо вам большое!»

♦ Теперь давайте поиграем. Поупражняем кожу всего тела. Потрем ладошки одну о другую, согреем их. Прыг – ладошки прыгнули на лицо. Погладим его сверху вниз и снизу вверх. «Поклюем» его кончиками пальцев. Погладим сверху вниз. Пощиплем свое лицо: лоб, брови, носик, щечки, ротик, подбородок. Теперь – ушки, шейку. Ласково похлопаем по лицу ладошками. Погладим лицо сверху вниз. Прыг – ладошки прыгнули на туловище. Погладим его сверху вниз и снизу вверх.

«Поклюем» его кончиками пальцев. Пощиплем свое туловище. Похлопаем по туловищу ладошками. Прыг – ладошка правой руки прыгнула на левую руку. Погладим левую руку сверху вниз и снизу вверх. «Поклюем» левую руку, пощиплем ее и снова погладим. Прыг – ладошка левой руки прыгнула на правую руку… Ладошки обеих рук прыгнули на правую ногу… на левую ногу… А сейчас давайте встанем со своих мест. У нас получился круг. Повернемся друг за другом и положим свои руки на плечи того, кто стоит впереди. Катя повернулась за Юлей, Юля за Глебом… Прыг – ладошки прыгнули на спинки тех, кто стоит перед вами. Погладили спинки своих соседей, «поклевали» их, «клюем» бережно, слегка пощипали, ласково похлопали и снова погладили. Садитесь, пожалуйста.

♦ Предлагаю вам поиграть в «Бирюльки». Я буду показывать разные мелкие предметы и складывать их в миску, которая стоит передо мной. Запоминайте, какие предметы я кладу. Теперь я накрою миску платком и поставлю в центр круга. Вы будете по одному подходить к мисочке, приподнимать платок, не глядя ощупывать, брать любой предмет и стараться правильно его назвать. Когда миска опустеет, по одному подходите и складывайте в нее предметы. Молодцы.

Теперь мы с вами будем ощупывать и отгадывать, что лежит в мешочках. На ковре я выложу карточки с названиями материалов, которые находятся внутри. Это могут быть манная крупа, каштаны, веточки и т. д. Кто ощупал мешочек, передает его своему соседу, но не говорит, что находится внутри. Храните ваш секрет до тех пор, пока мешочек не вернется ко мне.

Итак, берем первый мешочек. Лиза, тщательно исследуй его. Что же может быть внутри? Догадалась? Это твой секрет, храни его. Теперь передай мешочек Жене. Женя с помощью пальчиков пытается понять, что находится внутри мешочка… Наконец-то мешочек вернулся ко мне. Что же может быть внутри? Да, это каштаны. Давайте положим мешочек на карточку с таким словом. Молодцы. Вы отлично справились с заданием.

Если дети не умеют читать, то вместо названий на карточки можно приклеить картинки с изображением содержимого каждого мешочка; или слова и картинки могут быть на карточках одновременно.

А кому какой мешочек было приятно ощупывать? Какой мешочек вы хотели бы потрогать еще раз? *(Если кто-то захочет, ведущий дает детям возможность потрогать мешочки еще раз.)*

♦ Ну вот и все. Пришла пора прощаться. Скажем Чувствительному человечку спасибо и простимся с остальными: «До свидания».

♦ *Звучит музыка «Лес». Внутрь круга выкладываются коврики для хождения. Ведущий предлагает детям снять обувь и пройтись несколько раз по волшебной дорожке.*

♦ Наше занятие заканчивается. До свидания.

Занятие 8

Цели:

совершенствование восприятия; тренировка ощущений; закрепление навыков обследования предметов с помощью всех органов чувств.

Материалы:

аудиозаписи «Лес», «Озеро» из серии «Волшебство природы»; карта Волшебной страны (см. Приложение 1), нарисованные фигурки Радужки, Ушастика, Глазки, Нюх-Нюха, Вкусика, Чувствительного и Восприятия (см. Приложение 2, рис. 1–7); «волшебный мешочек» с лимоном; блюдце с семечками лимона, пиала с половинкой лимона, накрытые салфетками; лист ватмана, на котором написано или наклеено из отдельных букв слово «лимон»; четыре чашки с водой: простой, подсоленной, подслащенной, подкисленной; пипетка; фломастеры, карандаши, отдельные листочки бумаги, клей, желтая бумага.

Ход занятия

♦ Здравствуйте! Я рада вас видеть! Начнем наше занятие с приветствия. Я дотронусь перышком до своего соседа справа и прошепчу: «Дима, я рада тебя видеть». Теперь Дима берет у меня перышко, дотрагивается им до своей соседки справа и говорит: «Катя, я рад тебя видеть» – и так далее.

♦ *С помощью направленного воображения дети попадают в Волшебную страну и вместе с Радужкой, Ушастиком, Глазкой, Нюх-Нюхом, Вкусиком и Чувствительным оказываются у двери последнего домика.*

Но перед тем как вы познакомитесь с его хозяином, вам предстоит одно испытание. *(Ведущий кладет в центр круга лист ватмана.)*Надо отгадать слово, которое написано на листе ватмана с обратной стороны, а помогут вам это сделать несколько подсказок от веселого человечка.

Первая подсказка – самая сложная. У меня в руках блюдце, накрытое салфеткой. Сейчас вы будете передавать его по кругу, ощупывать пальчиками через салфеточку и отгадывать, что там находится, но вслух не говорить. Это будет вашим секретом до тех пор, пока блюдце не вернется ко мне. Владик, бери блюдечко,

ощупай пальчиками, что там лежит, подумай, что это может быть? Теперь передай блюдечко Кате… *(Дети по очереди передают друг другу блюдце.)* Итак, блюдце вернулось ко мне, и я ставлю его на пол в центр круга, но салфетку пока не снимаю. Как вы думаете, что же лежит на блюдечке? Конфетки, орешки, камушки, горох, крупа, семечки. *(Ведущий цветными фломастерами записывает ответы детей на отдельном листочке.)* Кладу список с ответами рядом с блюдечком. Жаль, что вы не смогли точно отгадать, что лежит в блюдечке, значит, вы не сможете сказать, что написано на листе. Вам нужна еще подсказка.

Вторая подсказка. *(Ведущий берет пиалу, накрытую салфеткой, в которой лежит половина лимона.)* Сейчас вам будут помогать носики. Я спрячу в своей ладошке то же, что лежит и в пиале, подойду к каждому, а вы понюхаете и постараетесь определить по запаху, что это. Закройте, пожалуйста, глаза. Глеб, понюхай, но никому не говори, что это, храни свой секрет. Глазки никто не открывает. Теперь Оля нюхает и думает, что это может быть… Открывайте глаза. Я ставлю пиалу, накрытую салфеткой, в центр круга, но пока не показываю вам ее содержимое. Угадали по запаху, что это? Конфетка, апельсин, пряник, мандарин, лимон, пирог. *(Ведущий цветными фломастерами записывает ответы детей на отдельном листочке и кладет его рядом с пиалой.)* И опять вы не смогли точно сказать, что написано на листе ватмана.

Тогда – третья подсказка. Это волшебный мешочек. Вы будете опускать в него руки, ощупывать то, что там лежит, и стараться отгадать, что это. Подсматривать нельзя. Ощупывайте тщательно, не спешите с ответами, а если догадались, то храните свой секрет, пока я вас не спрошу. Наташа первая начинает обследование… И волшебный мешочек я кладу в середину круга. Что удалось вам в нем обнаружить? Игрушка, лимон, апельсин. *(Ведущий цветными фломастерами записывает ответы детей на отдельном листочке.)*

Давайте проверим ваши предположения. Теперь глазки будут вам помогать. Я достаю из мешочка… лимон, в пиале лежит половинка лимона, а на блюдечке – его семечки. Сейчас вы можете точно сказать, что написано на другой стороне ватмана? Вы думаете, там написано слово «лимон»? Давайте перевернем лист и посмотрим. Первая буква – Л, вторая – И получается первый слог ЛИ. Третья – М, четвертая – О, второй слог – МО. ЛИМО и последняя буква Н. Да, здесь написано – ЛИМОН. Молодцы! Почему же хозяин домика нам и сейчас не показывается, мы с его помощью справились с заданием, слово отгадали. Ой, да мы же про чашечки забыли! Сходите,

пожалуйста, помойте руки. Итак, перед вами четыре чашечки. Надо найти ту, в которой находится лимонная вода. Какого она вкуса? Правильно, кислая. Сразу скажу вам, что в одной из чашек простая вода, в другой – соленая, а еще сладкая и лимонная – кислая. Что поможет вам определить вкус? Конечно, язык. Я возьму первую чашку, наберу из нее в пипетку водичку и капну всем по одной капельке на сжатый кулачок. Попробуйте ее язычком и определите вкус. Совпадает он со вкусом лимона или нет? *(Ведущий капает сначала простую воду, потом – соленую, кислую, а затем предлагает попробовать, какая водичка осталась в последней чашечке.)* Вы отлично справились с этим заданием.

♦ А вот и хозяин домика. Посмотрите на него внимательно. Что в его внешнем виде особенного? У него одного есть все те особенности, которые мы отмечали у каждого веселого человечка: большие глаза, большие уши, большой нос, на язычке у него чувствительные сосочки, и кожа его может определять предмет на ощупь – гладкий или шершавый, теплый или холодный, твердый или мягкий. И в отличие от его братьев у него есть имя – Восприятие. Послушайте, что он вам говорит: «Здравствуйте, дети! Я очень рад, что вы все мои загадки отгадали. И вот мой совет – чтобы жизнь ваша была интересна, будьте любознательными, исследуйте окружающий мир, наблюдайте за тем, что происходит вокруг, а помогут вам органы чувств: уши, глаза, нос, язык и кожа. А еще у меня есть девиз, который может стать и вашим: «Потрогай, понюхай, посмотри, послушай, и если это можно есть, то, конечно, скушай». И тогда ваша жизнь будет похожа на радугу – яркую и красочную».

♦ Напоследок напишем на листе ватмана вопросы, которые вам сегодня задавали, а под ними приклеим листочки с вашими ответами. Давайте в середине листа нарисуем контур лимона. Вы возьмете желтую бумагу, будете отрывать от нее маленькие кусочки и приклеивать их внутрь контура. Получится «Лимонная мозаика», которую мы повесим на стену, а когда за вами вечером придут родители, вы сможете рассказать им, чему научились на наших занятиях. А веселые человечки со смешными именами – Радужка, Ушастик, Глазка, Нюх-Нюх, Вкусик, Чувствительный, Восприятие теперь всегда будут с нами.

♦ *(Звучит музыка «Лес». Дети закрывают глаза.)* Представьте, что вы по лесной тропинке возвращаетесь в детский садик.

♦ На этом наше занятие заканчивается. До свидания, до скорых встреч!

2. Моя первая ступень в телесный мир

Занятие 9

Цели:

развитие чувства общности у детей в группе; снятие мышечного напряжения; активизация внимания.

Материалы:

атласные ленточки разных цветов (по количеству детей); белый бельевой шнур (веревка); фломастеры с толстым стержнем; кассета с танцевальной музыкой.

Ход занятия

Дети входят в группу, садятся на стульчики, стоящие по кругу.

♦ Я рада вас видеть. Давайте встанем и поздороваемся, дотрагиваясь друг до друга руками, спинами, лбами, коленями, плечами.

♦ Замечательно! После приветствия можно приступить к работе. Посмотрите, стулья стоят по кругу, встаньте, пожалуйста, внутрь круга. *(Если места не хватит, предложите каждому ребенку отставить стул на один шаг назад.)* Сейчас мы будем танцевать первый танец.

Звучит музыка, мы слушаем проигрыш и начинаем движение по кругу, взявшись за руки.

– Идем вправо, начиная с правой ноги, восемь шагов.

– Поворачиваемся влево и идем восемь шагов с левой ноги.

– Останавливаемся, опускаем руки. С правой ноги делаем два шага в круг и три притопа.

– Идем назад с левой ноги – два шага, три притопа.

– Стоя на месте, хлопаем три раза в ладоши, три хлопка по коленям, кружимся вокруг себя.

– Движения 3–5 повторяются по два раза.

– Повторяются движения 1–6.

♦ У вас отлично получилось! А теперь будем танцевать другой танец.

В середине круга стоит стул или маленькая табуретка. Ведущему следует называть имена детей, стоящих напротив друг друга. Ребенок, чье имя назвали, приставным шагом обходит стул справа и спиной возвращается на место. Остальные хлопают в ладоши. В танце должны поучаствовать все дети. На следующих занятиях танец можно усложнить. Ребенок, чье имя уже назвали, не встает на место, а продолжает двигаться вокруг стула. Дети двигаются одновременно до окончания музыки.

Очень хорошо! Садитесь на свои места. Все помнят, кто где

сидел, кто сидел рядом? Может быть, кто-то хочет пересесть? Поменять своих соседей? Если да, скажите об этом. *(Можно предложить ребятам пересесть так, как им будет удобно.)*

♦ А сейчас посмотрите, какая у меня интересная веревочка в руке. Она смотана вот в такой большой клубок. С помощью клубка мы сделаем большой круг. Я начинаю. Беру клубок, обматываю веревочку вокруг своего указательного пальца и передаю его своему соседу слева. Смотрите, веревочка размоталась и соединила нас. Следите, чтобы она не обвисала, не лежала на полу, но и не была сильно натянута. Теперь я привяжу кончик своей веревочки к стулу и помогу каждому передавать клубочек соседу. *(Дети передают клубочек по кругу.)*

Клубочек вернулся ко мне. Я отрезаю лишнюю часть веревки *(если не все дети присутствуют на занятии, то следует оставить небольшой кусочек)*. Смотрите, у нас получился большой круг. Предлагаю поднять его вверх, вниз, на уровень груди, а теперь встанем и пойдем вправо, влево. Старайтесь идти так, чтобы круг не разрушался. Отлично! Садимся на стульчики, которые оказались рядом. Теперь положим наш веревочный круг на пол.

♦ Посмотрите сюда. У меня на подносе лежат ленточки и фломастеры разного цвета. Я пройду мимо каждого из вас, а вы выберете любые ленточку и фломастер. Напишите на ленте свое имя.

Я подойду к каждому, кому нужна моя помощь. Тот, кто написал имя, привязывает свою ленточку к веревке.

Смотрите, наша веревочка ожила. «Живая веревочка» превратилась в карусель! Давайте поиграем.

Тише-тише, еле-еле закрутились карусели.
А потом кругом, кругом.
Все бегом, бегом, бегом.
Все бегом, бегом, бегом.
Тише, тише, не спешите, карусель остановите.
Раз и два, раз и два, вот и кончилась игра.

♦ А сейчас я положу нашу «живую веревочку» на пол в одну линию и включу магнитофон. Пока музыка играет, вы можете танцевать. Как только музыка закончится, быстро найдите ленточку, которую вы выбрали и на которой написали свое имя, и в этом месте возьмитесь за веревочку. *(Можно повторить игру несколько раз, меняя положение веревки.)*

♦ Теперь я паровоз, а вы – вагончики. Все повернулись за мной. Мы отправляемся на нашей «живой веревочке» в путешествие по группе. Идем медленно, затем быстро. Тихо, как

мышки, а теперь топаем громко, как слоны. Мелкими шажками, широкими шагами; высоко поднимая колени, обычным шагом.

Кто едет в последнем вагончике? Дима, сейчас мы с тобой возьмемся за руки, не выпуская веревочку, и у нас получится круг. Мы снова можем видеть друг друга.

♦ Спасибо всем, до свидания. Наше следующее занятие начнется игрой с «живой веревочкой».

Занятие 10

Цели:

развитие ловкости и координации движений, навыков ориентации в пространстве; опосредованное развитие зрительного восприятия.

Материалы:

«живая веревочка» (см. Занятие 9); клубок прочных ниток; магнитофон, запись любого быстрого музыкального отрывка.

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Начнем наше занятие игрой с «живой веревочкой». Наша «живая веревочка» лежит на полу. Пока звучит музыка, вы можете танцевать. Как только я выключу магнитофон и мелодия прекратится, быстро найдите ленточку со своим именем и в этом месте возьмитесь за веревочку. *(Можно повторить игру несколько раз, меняя положение веревочки.)*

Смотрите, когда все взялись за нашу веревочку, она стала похожей на карусель! Давайте поиграем.

Тише-тише, еле-еле
закрутились карусели.
А потом кругом, кругом.
Все бегом, бегом, бегом.
Все бегом, бегом, бегом.
Тише, тише, не спешите,
карусель остановите.
Раз и два, раз и два,
вот и кончилась игра.

Когда игра заканчивается, предложите детям положить веревочку на пол и сесть на стульчики, стоящие по кругу.

♦ Сегодня мы с вами поиграем в «Паутинку». С помощью этого клубка я буду ткать коврик между вашими стульчиками. Но

чтобы у меня все получилось, вы не должны одновременно вставать, иначе мой ковер из ниток порвется и мы с вами не поиграем.

Сейчас я привяжу кончик нитки к спинке своего стула и пойду к Оле *(ребенок, сидящий напротив)*. Смотрите, я обматываю ниткой спинку Олиного стула и иду к Мише, который сидит почти напротив Оли… Так я соединю всех сидящих в кругу, и между нашими стульчиками получится настоящая «паутинка». А вы внимательно следите, кого с кем я соединяю. Потом вам это понадобится.

Смотрите, какая «паутинка» у нас получилась. *(Высота «паутинки» – по колено ребенку.)* Кто услышит свое имя, встает, и, высоко поднимая ножки, стараясь не наступить на ниточку, попробует пройти через «паутинку» по кругу и снова займет свое место. *(Вызовите выполнить задание нескольких детей, еще несколько выполняют задание по желанию.)*

А кто может проползти под «паутинкой» на животе, не задев ее головой? А на спине? *(Дети могут проползать по кругу от своего места на противоположную сторону или выползать между стульчиками.)* Вы оказались очень ловкими, все справились с заданием.

Сейчас я начну сматывать нашу «паутинку» в клубочек. И мы увидим, кто был самый внимательный в начале занятия. От своего стула я пойду к кому? *(Ведущий может поднять клубок вверх, чтобы дети смогли проследить, к кому тянется ниточка. Постепенно в клубок сматывается вся ««паутинка».)*

♦ На этом наше занятие заканчивается. Давайте возьмемся за руки и скажем друг другу спасибо. До свидания!

Занятие 11

Цели:

снятие мышечных зажимов; развитие умения выражать свои эмоции с помощью движений.

Материалы:

«живая веревочка» (см. Занятие 9); клубок прочных ниток; магнитофон, запись любого быстрого музыкального отрывка.

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Начнем наше занятие игрой с «живой веревочкой» (см. Занятие 10).

♦ Давайте сядем в круг на ковер. *(Чтобы круг получился ровным, можно заранее приклеить на ковре метки.)* Наше занятие

называется «Танец пяти движений». Как вы думаете, почему я придумала такое название? *(Ответы детей.)* Все, что вы сказали, очень интересно. А сейчас я включу магнитофон, и вы услышите разные мелодии. Послушайте их и подумайте, кто мог бы танцевать под каждую мелодию, какие должны быть движения?

Первая мелодия называется «Течение воды» – плавная мелодия, движения неторопливые, нерезкие, мягкие, переходящие из одного в другое. Послушайте мелодию. Как вы думаете, какие движения можно делать под эту музыку? Кто хочет показать свои движения, свой танец? Катя, выходи в круг. А мы все внимательно смотрим. Как вы думаете, подходят движения, которые придумала Катя, для этой мелодии? Как еще можно танцевать под эту музыку? Кто может станцевать по-другому?

А теперь встаем и все вместе выполняем движения, подходящие для этой мелодии. Старайтесь не мешать друг другу.

Вторая мелодия – «Переход через чащу» – импульсивная музыка, резкие, сильные, рубящие движения. *(Идет такой же разбор музыкального отрывка, как описано выше.)*

Третья мелодия – «Сломанная кукла» – хаотичный набор звуков, обрывистые, незаконченные движения. *(Порядок действий описан выше.)*

Четвертая мелодия – «Полет бабочки» – лирическая, плавная музыка, тонкие, изящные движения. *(Порядок действий описан выше.)*

Пятая мелодия – «Покой» – спокойная, тихая музыка или набор звуков природы (шум воды, морской прибой или звуки леса). *(Порядок действий описан выше.)*

А сейчас все пять мелодий будут звучать без остановок.

Кто хочет станцевать для нас «Танец пяти движений»? Может быть, кто-то еще хочет показать нам свои движения? Теперь каждый изобразит все пять своих движений под музыку. Старайтесь не мешать друг другу.

♦ Музыка закончилась, остановитесь. Закройте глаза. Сделайте вдох-выдох, еще вдох-выдох и в последний раз вдох-выдох. Послушайте свое тело. Слышите, как бьется ваше сердце? Приложите руку к левой стороне груди.

♦ Присаживайтесь на свои места. Что больше всего понравилось сегодня на занятии? Кому какие движения было приятно делать? Что легко получалось?

♦ Вы сегодня замечательно поработали. Наше занятие заканчивается. До свидания.

Занятие 12

Цели:

развитие ловкости, координации движений; ориентирование в пространстве; опосредованное развитие зрительного восприятия.

Материалы:

«живая веревочка»; клубок прочных ниток.

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Начнем наше занятие игрой с «живой веревочкой» (см. Занятие 10).

♦ Тот, кто услышит свое имя, может сесть на любой стульчик. Саша, назови имена своих соседей в упражнении «Живая веревочка». Кто стоял справа? А слева? Позови этих ребят, и пусть они сядут в том же порядке, в каком стояли. Справа Лена, слева Боря. Боря, смотри, у тебя с одной стороны есть сосед, а теперь вспомни, кто стоял с другой стороны? *(Дети продолжают искать своих соседей до тех пор, пока все места не будут заняты.)*

♦ Сегодня мы с вами будем опять «ткать паутинку», проходить через нее и проползать под ней. Наша «паутинка» станет объемной.

Сначала ткется плоская «паутинка», закрепленная на стульях (см. Занятие 10). А теперь будем делать «второй этаж». Давайте попросим нашу воспитательницу (любого взрослого) встать в центр круга и быть осью, на которой будет держаться второй ярус нашей «паутинки». *(«Паутинка» снова ткется от одного стула к другому, стоящему напротив. Она всегда проходит через центр и фиксируется или на плечах, или на поднятых вверх руках воспитателя. Получается подобие шатра, создается объемная композиция. Упражнение усложняется. Далее предлагаются те же задания, что и на Занятии 10.)* Кто попробует пройти через такую «паутинку»? Проползти по кругу на спине, на животе и так далее…

После того как все упражнения выполнены, верхний ярус можно убрать и предложить детям пройти через плоскую «паутинку» парами. «Паутинка» сматывается в клубок, дети вспоминают, от кого к кому идет ниточка.

♦ На этом занятие заканчивается. Спасибо всем за работу.

Занятие 13

Цели:

снятие мышечных зажимов; стимуляция моторного и эмоционального самовыражения; развитие координации

движений; обучение элементам саморегуляции и релаксации.

Материалы:

«живая веревочка»; кассета с записью джазовой композиции; контурное изображение человека на отдельных листах; цветные карандаши; ножницы; клей; макет или плоское изображение фантастической «Голубой планеты» на листе ватмана.

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Начнем наше занятие игрой с «живой веревочкой» (см. Занятие 10).

♦ Сегодня мы работаем на ковре. Встаньте в круг. Наше упражнение называется «Джаз тела». Сейчас я включу музыку, и мы будем выполнять под нее ритмичные движения. Сначала только поворачивайте голову в разные стороны (направо и налево) в разном ритме. Попробуем! Молодцы!

Теперь двигаются только плечи, то вместе, то попеременно, то вперед, то назад, то вверх, то вниз. Пробуем все вместе. Далее – движения рук, потом бедер и ног. А теперь постепенно прибавляем движения по порядку: голова + плечи + руки + бедра + ноги. Танцуем, свободно передвигаясь по всему ковру, не мешая друг другу.

Музыка прекратилась. Все легли на ковер. Делаем вдох-выдох. Прислушаемся к своему дыханию, оно становится ровнее. Послушайте свое сердце, где оно находится? Еще сделаем вдох-выдох (3 раза).

♦ Люди любят мечтать. Помечтаем и мы. Закройте глаза. Представьте себе ночное небо с яркими звездами. Где-то там, далеко-далеко, тоже есть жизнь. Мы отправляемся в увлекательное путешествие к загадочной, фантастической Голубой планете.

Мы – команда межпланетного космического корабля землян. Каждый занял свое место. Сейчас корабль поднимается в небо. Вдох-выдох, вдох-выдох, вдох-выдох. Крепко-крепко сожмите в кулаках штурвалы и сильно надавите ступнями на педали. Держите, держите! Молодцы! А теперь отпустите штурвал и педали. Вдох-выдох. Чувствуете, как приятная тяжесть растекается по телу и прижимает нас? Корабль взлетает. Нам становится легко. Сейчас важно ровно дышать: вдох-выдох, вдох-выдох, вдох-выдох. Хорошо! Мы почти не чувствуем свое тело, оно легкое, невесомое. Вдох-выдох, вдох-выдох, вдох-выдох.

Мы летим в космосе. На нас приветливо смотрят планеты, приглашая в гости, но наша цель – Голубая планета. Вот она уже близко, яркая, красивая. Давайте сделаем плавную посадку. Снова крепко возьмемся за штурвалы, сильно надавим на педали, три раза сделаем глубокий вдох-выдох и отпустим штурвалы и

педали. Как плавно и мягко мы сели!

Выйдем из корабля. Представьте, что перед нами океан, где нет воды, а есть только цветы. Они белые, оранжевые, розовые, они повсюду! У каждого цветка голубой стебелек. Понятно, почему планета кажется совсем голубой? В этом океане цветов живут необычные существа с прозрачными крылышками и огромными голубыми глазами. Это и есть наши соседи, жители Голубой планеты, – Чистокрылышки. Они рады нам, улыбаются, мы им нравимся, они предлагают нам свою дружбу и нежность. Они протягивают к нам свои руки и чистые крылышки. Мы тоже протягиваем к ним руки и чувствуем, как в наше тело входят добро, радость и теплота. Мы возьмем эти добро, радость и тепло с собой и поделимся счастьем с мамами, папами, бабушками, дедушками, братьями и сестрами, с друзьями, со всеми людьми планеты Земля.

А сейчас тот, кто услышит свое имя, подходит ко мне. Берет контур человека и пробует нарисовать Чистокрылышка – жителя Голубой планеты.

Эти рисунки мы вырежем, приклеим к макету планеты и повесим в своей группе на память о прошедшем занятии. *(Макет Голубой планеты готовится заранее на занятии по изобразительной деятельности.)*

♦ Всем спасибо, вы замечательно поработали сегодня! До свидания.

Занятие 14

Цели:

развитие вестибулярного аппарата, координации движений, произвольности; развитие ориентации в пространстве и умения правильно располагать изображения на листе бумаги; формирование доверия в группе.

Материалы:

длинная веревка; повязки на глаза; листы картона, на каждом из которых нарисовано множество точек (по количеству детей); простые карандаши.

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Начнем наше занятие игрой с «живой веревочкой» (см. Занятие 10).

♦ Мы поздоровались, а теперь отправляемся в путешествие по группе. Это путешествие непростое. Смотрите, по всей группе протянута веревочка. Она проходит вдоль шкафов, под столами, по дивану и т. д. Вся группа – большое «паутинное царство». Сейчас вы будете идти по одному, держась за веревочку.

Необходимо соблюдать только одно правило: отпускать ее нельзя. Кто веревочку отпускает, становится просто зрителем и в игре дальше участия не принимает. Сначала вы можете пройти по маршруту с открытыми глазами.

Самые отважные *(в разновозрастной группе это старшие дети)* могут усложнить себе задание и сразу идти с завязанными глазами. Все, кто хочет, подходите. Я помогу вам завязать платки. Если вы все-таки не уверены, что сможете дойти до финиша с завязанными глазами, попросите меня или воспитателя *(любого взрослого)* быть вашим «поводырем», который возьмет вас за руку и будет говорить, какое у вас впереди препятствие и что нужно делать: нагнуться, встать на колени и т. д.

Когда дети поупражняются в прохождении маршрута *(2–3 раза в зависимости от количества детей, продолжительности и сложности проложенного пути)* и доберутся до пункта назначения, каждый ребенок звонит в колокол, сообщая всем об удачном завершении путешествия.

♦ А теперь давайте сядем вокруг стола. На столе лежат картонки. На каждой из них множество точек. Выберите себе любую картонку, возьмите простой карандаш и соедините все точки между собой так, чтобы у каждого получилась «паутинка». Подпишите свою работу, мы вернемся к ней на следующем занятии.

♦ **До свидания. Вы очень хорошо сегодня занимались.**

Занятие 15

Цели:

развитие координации движений, мелкой моторики; развитие умения правильно располагать изображения на листе бумаги; остроты зрения.

Материалы:

«живая веревочка» (см. Занятие 14); картонки с изображением «паутинки»; резиновые коврики; кнопки-булавки для прокалывания и ножницы (по количеству детей); тонкая проволока, покрытая цветной изоляцией; фольга (по четыре кусочка размером с фантик, по количеству детей).

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Начнем наше занятие игрой с «живой веревочкой» (см. Занятие 10).

♦ Сейчас за стол сядут только девочки. Сесть нужно так, чтобы слева и справа от каждой девочки были свободные места. А теперь каждая девочка может пригласить любого мальчика сесть справа от себя.

Перед вами на столе лежат резиновые коврики, кнопки для прокалывания, цветная проволока и картонки с «паутинками», которые мы рисовали на прошлом занятии. Сегодня мы с вами будем плести «паутинку» на картоне с помощью проволоки. Для этого каждый из вас возьмет резиновый коврик и кнопку. На коврик положите картонку с «паутинкой» и кнопкой проколите все точки на вашем рисунке. Отлично!

Теперь выберите любую цветную проволоку, завяжите на ее конце узелок. Я помогу всем тем, кому нужна помощь. Представьте себе, что проволока – это иголка с ниткой. А «паутинка», нарисованная простым карандашом, – контур, по которому вы будете «шить». Выберите место на картонке и по линиям вашей «паутинки» начинайте прокладывать цветную проволоку от одной точки к другой. Очень хорошо! Отложим готовые «паутинки» в сторону.

♦ Сейчас мы с вами сделаем блестящих паучков и прикрепим их к картонкам. Каждому из нас понадобится четыре кусочка фольги (фантика от конфет), мы будем делать паучков в такой последовательности.

1. Берем два кусочка фольги и каждый из них разрезаем вдоль на две части. Получаются четыре длинные полоски, из них нам нужны только три. Каждая полоска кладется между ладоней и скатывается в «колбаску», из них мы будем делать лапки паучков.

2. Из третьего кусочка фольги скатываем шарик. Это брюшко.

3. В оставшийся четвертый кусочек фольги заворачиваем шарик – «брюшко паучка» – таким образом, чтобы с одной стороны осталась тоненькая полоска фольги. Перед брюшком кладем подряд три лапки и фиксируем их оставшейся фольгой так, чтобы они не распадались и разделились на две части. Часть, фиксирующая лапки, станет головкой паука. Таким образом, получилось шесть лапок, по три с каждой стороны, головка и брюшко. Лапки расправляем, закругляем, и получается веселый паучок, которого можно приклеить в любое место на «паутинку».

♦ На этом наше занятие закончено. До свидания.

Воспитатель в группе может устроить выставку «паутинок» или прикрепить их рядом с макетом Голубой планеты.

Занятие 16

Цели:

развитие ориентации в пространстве, координации движений, мелкой моторики, зрительного анализатора; развитие умения сосредотачиваться.

Материалы:

цветной сутаж (возможные варианты материала – толстая шерстяная нитка, шнурок); ножницы; деревянная доска 15х15 см с вбитыми в нее по кругу штырьками.

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Начнем наше занятие игрой с «живой веревочкой» (см. Занятие 10).

♦ Сегодня мы продолжаем работать за столом. Сейчас за стол сядут только мальчики, но так, чтобы слева и справа от каждого были свободные места. А теперь каждый мальчик может пригласить девочку сесть слева от себя.

Мы будем ткать «паутинку» с помощью цветного сутажа на специальной доске. Поставьте, пожалуйста, перед собой доску, выберите сутаж, которым вы будете работать, и начинайте ткать узор. Вначале нужно сделать на сутаже петельку и надеть ее на один из штыречков, а затем обвести все штырьки веревочкой по кругу. Это основа «паутинки». Каждый может сплести любой узор.

Работа закончена, давайте устроим выставку ваших работ. «Паутинки» остаются на досках. *(Воспитатель может продолжить работу с детьми во второй половине дня. В дальнейшем можно ткать узоры и снимать их с доски.)*

♦ А сейчас предлагаю вам сделать «праздничную карусель» и всем вместе «покататься» на ней. Я принесла в группу большой обруч и разноцветные атласные ленты разной длины. Встаньте в круг, выберите любую ленточку и привяжите ее к обручу. Держитесь за кончик привязанной вами ленточки. Это ваше место в «карусели». Я встану в центр обруча и буду его держать. Посмотрите, кто стоит слева и справа от вас. Сейчас я включу песенку «Карусель», и мы начнем двигаться вправо. Как только музыка прекратится, надо поменяться ленточкой со своим соседом справа. Музыка зазвучала, опять бежим вправо. Музыка закончилась, остановились, повернулись налево и побежали. Стоп. Теперь поменялись ленточками со своим соседом слева и снова побежали налево. Музыка закончилась. Молодцы! *(Повторить игру несколько раз.)*

♦ На этом наше занятие закончено. До свидания.

Занятие 17

Цели:

подготовка к циклу занятий по расширению представлений об эмоциях; развитие воображения, сплочение группы; повышение интереса детей к дальнейшим занятиям.

Материалы:

плотный картон 80х80 см; крестовина от детской игрушечной елки; атласные ленточки и цветная бумага четырех цветов: желтые, красные, синие и коричневые; клей; ножницы (по количеству детей); открытки и журнальные иллюстрации с изображениями почвы, травы, камней, воды, цветов; четыре двухлитровых пакета от сока.

Ход занятия

♦ Здравствуйте. Начнем наше занятие игрой с «живой веревочкой» (см. Занятие 10).

♦ *(Дети рассаживаются вокруг стола, на котором лежат все материалы.)* Сегодня мы с вами сделаем макет города, по которому будем путешествовать на следующих занятиях. Приступим к работе.

Макет города. На плотный картон 80х80 см приклеиваются цветная бумага, вырезки из открыток и журнальных иллюстраций. Это земля, на которой будет стоять город.

С помощью взрослых дети со всех сторон обклеивают цветной бумагой пакеты из-под сока. Это дома. Ведущий прорезает в домах двери, дети наклеивают на стены окошки. Дома располагают и приклеивают на каждом углу картона напротив друг друга. В центр картона приклеивается крестовина от детской игрушечной елочки – это центр города. К крестовине привязываются атласные ленточки четырех цветов. Это дорожки, которые ведут к домикам соответствующего цвета. Получился маленький городок.

♦ Макет готов. На этом наше занятие заканчивается, а в путешествие по сказочному городу мы отправимся в следующий раз. До свидания.

Занятие 18

Цели:

расширение представления о четырех эмоциях: радости, злости, страхе и спокойствии; снятие мышечного и эмоционального напряжения; выражение эмоций под музыку, с помощью движений, и передача их с помощью цвета.

Материалы:

макет города (см. Занятие 17); клей; магнитофон, аудиозапись с четырьмя музыкальными отрывками (возможные варианты указаны в тексте занятия); четыре пиктограммы (лица человечков): «радость», «страх», «злость», «спокойствие» (см. Приложение 3).

Ход занятия

♦ Доброе утро! Закройте, пожалуйста, глаза. Тот, кто

услышит свое имя, открывает глаза и садится на любой стульчик в кругу. А теперь возьмемся за руки и скажем вместе: «Доброе утро!»

♦ Раньше на наших занятиях мы познакомились с разными эмоциями[1]. Давайте вспомним, с какими. А чтобы вспоминать нам было легче, я приготовила четыре картинки, на которых изображены лица человечков.

(Ведущий показывает детям пиктограмму «Радость».) Посмотрите на лицо человечка. Как вы думаете, он грустит? Боится чего-то? Радуется? А может быть, он просто спокоен? Конечно, он радуется. А как вы догадались, что он радуется? Что происходит с его лицом?

(Следующая картинка – пиктограмма «Страх».) Как вы думаете, что чувствует этот человечек? Что вам помогло узнать, что он чего-то боится? Какое у него лицо?

См. программу «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь» (с. 99-139).

(Ведущий показывает детям пиктограмму «Злость».) А что чувствует этот человечек? Как вы догадались, что он злится?

(Последняя картинка – пиктограмма «Спокойствие»). Какое лицо у этого человечка? Что он чувствует? Как вы узнали, что этот человек спокоен? Молодцы!

♦ А теперь мы послушаем четыре мелодии. *(Мелодии должны соответствовать эмоциям, о которых говорилось выше, и прослушиваться в таком же порядке. Возможные варианты: В.-А. Моцарт, «Маленькая ночная серенада»; Ф. Лист, финалы венгерских рапсодий №№ 6, 10, 11, 12;* Р *Шуман, «Порыв»;* Р *Щедрин, «Бассо-остинато»; С. Прокофьев, «Токката»; П. Чайковский, увертюра «Буря», «Франческа да Римини»; К. Сен-Санс, «Лебедь». Продолжительность звучания музыкальных отрывков 1,5–2 минуты каждый.)*

Давайте послушаем первый отрывок еще раз и подумаем, какой человечек мог бы написать такую музыку? Да, это радость. А как бы он стал танцевать под эту музыку? Очень хорошо. Сейчас мы художники, и нам надо раскрасить эту эмоцию, но у нас только четыре цвета: красный, коричневый, желтый и синий. Какой цвет лучше всего изобразит нашу радость? *(Звучат ответы всех детей.)* Большинство называют желтый цвет. Я с вами согласна. Запомним это.

Слушаем второй отрывок. Какие чувства он вызывает? Страх. Почему вы так решили? Какой человечек его испытывает? Какими движениями под музыку мы можем показать страх? А каким цветом может стать страх? Пусть будет коричневый. Итак, первая мелодия вызывает радость, и мы показали это чувство с помощью

желтого цвета. Вторую мелодию мог бы придумать тот наш человечек, который боится, испытывает страх. И мы решили, что лучше всего этому чувству соответствует коричневый цвет.

Третий отрывок. Какая пиктограмма подходит для этого отрывка? Злость. Как бы мы стали двигаться под эту музыку? А какого цвета костюмы подошли бы нам в этом случае? Да, красные.

И последняя, четвертая мелодия. Мог бы ее написать наш спокойный человечек? А как бы мы стали танцевать? Как вы думаете, подходит для этой эмоции синий цвет? Конечно, подходит.

♦ Ну что ж, замечательно! Но мы с вами не случайно подбирали к каждому человечку его мелодию и цвет. Помните, на прошлом занятии мы делали макет города? В городе четыре дома разных цветов. Сейчас в каждый дом мы поселим наших человечков. Кто будет жить в желтом домике? Правильно, радостный человечек. В синем – спокойный, в красном – злой, в коричневом – тот, который испытывает страх. В следующий раз, когда мы с вами отправимся в путешествие по одной из дорожек, вы сразу догадаетесь, к какому цветному домику мы идем и о какой эмоции будем говорить.

♦ На этом наше занятие заканчивается. До свидания!

3. Здравствуй, я сам!

О структуре третьей части программы

Третья часть отличается по своей структуре от двух предыдущих: она состоит из четырех блоков по четыре занятия. Каждый блок посвящен определенной теме, связанной с эмоциями, – радостью, страхом, злостью, спокойствием. Внутри блока занятия проводятся по определенной схеме. Среди процедур, которые проводятся на занятиях, можно выделить основные.

Схема проведения занятий внутри каждого блока

♦ Приветствие

♦ «Оживление дорожки»

На цветную дорожку (см. Занятие 17, макет города), соответствующую определенной эмоции, дети привязывают разноцветные ленточки со своими именами. Можно подобрать ленточки, цвет которых соответствует цветам теста Люшера[8]. В таком случае педагог сможет проанализировать цветовые выборы детей и получить объективную оценку их эмоционального состояния. Эти данные могут пригодиться в ходе работы.

♦ «Дорожный танец»

В начале каждого занятия ребята входят в сказочный мир, танцуя под музыку. Они учатся соотносить мелодию с определенным эмоциональным состоянием. Дети выполняют ритмичные движения, передающие ту или иную эмоцию.

♦ «Вспомни соседа» (игра с разноцветными ленточками) Начиная со второго занятия, дети вспоминают, какого цвета ленточку выбрали на прошлом занятии (см. игру «Оживление дорожки»); кто привязал ленточку рядом; в каком порядке от крестовины они расположены; чья первая к домику и т. д. Это упражнение развивает память и пространственную ориентацию.

♦ «Что в домике лежит»

Ведущий открывает дверцу домика и вынимает лежащие там предметы (см. описание каждого занятия). Они раскладываются в центре круга на полу, чтобы всем было хорошо видно. Дети высказывают свои предположения о том, как можно использовать эти вещи. Ведущий может акцентировать внимание детей на возможностях нестандартного использования знакомых предметов.

Подбор картинок из журналов, иллюстрирующих заданную эмоцию. На домике определенного цвета выполняется коллективный коллаж.

♦ «Найди на теле»

Поиск на своем теле участка, где «живет» та или иная эмоция, и обозначение этого места на контурном изображении с помощью цвета. Упражнение способствует развитию умения определять ощущения тепла, холода, напряжения и расслабления мышц в теле.

Подбор предметов, обозначающих определенную эмоцию. Поиск на своем теле участка, где живет та или иная эмоция. Обозначение этого места на контурном изображении с помощью цвета и соответствующего предмета. Это упражнение служит для развития ассоциативного мышления, умения произвольно определять ощущения тепла, холода, напряжения и расслабления мышц в теле.

♦ Изготовление человечков, лица которых отражают ту или иную эмоцию, размещение фигурок на улицах городка.

♦ «Встреча с эмоцией» (игра с зеркалом)

Дети изображают на лицах радость, страх, злость или спокойствие. Начинают фразу со слов: «Когда я радуюсь (испуган, зол, спокоен), моя радость (страх, злость, спокойствие) похожа на…» – и заканчивают ее своими словами. Из знакомых предметов выбираются те, которые ассоциируются с определенными эмоциями.

♦ Изготовление «ростовой куклы», выражающей

определенную эмоцию

Ребенок ложится на лист бумаги. Ведущий обводит его по контуру от головы до пяток. Задание трудное. Ребенок, согласившийся лечь на лист бумаги, уязвим и беззащитен как перед взрослым, который вторгается в его телесные границы, обводя контур тела карандашом, так и перед возможными насмешками детей, сидящих в кругу. Поэтому во время выполнения упражнения ведущий проговаривает все свои действия. Необходимо быть готовым к разным неожиданностям. Например, если ребенок передумал, ведущий может спросить его о том, точно ли он решил не продолжать делать упражнение. Если ребенок уверен, то ему нужно разрешить вернуться на свое место, стоит попросить еще кого-то из детей выполнить задание. Если ребенок сомневается, его нужно подбодрить; можно обратиться за помощью к другим детям попросить их поддержать смельчака. Обязательно найдется тот, кто выполнит это непростое упражнение. Главное – уверенность, доброжелательность и спокойствие со стороны ведущего.

♦ **Прощание**

Все занятия третьей части программы завершаются определенным ритуалом, своим для каждого блока.

В начале занятия дети входят в сказочный мир, танцуя под музыку, вызывающую определенные эмоции. Следовательно, необходимо разработать выход из сказочного мира. Можно использовать двигательные упражнения, направленные на проживание конкретных эмоций.

При работе по теме «Радость» – прыжки на батуте.

При работе по теме «Страх» – упражнение «Чудесная кровать».

Ведущий и воспитатель группы вместе с детьми делают «кровать». Взрослые надувают обыкновенные воздушные шарики, а дети относят их в отгороженное стульями место. Потом шары накрывают покрывалом. Детям предлагают попробовать полежать на «Чудесной кровати». Ведущий с воспитателем аккуратно кладут на нее детей по одному. Как правило, ребята с удовольствием выполняют это упражнение. Однако стоит предупредить детей о том, что, возможно, какой-то шарик не выдержит их веса и лопнет. (Шарик может лопнуть, если ребенок будет очень скован.) Если кто-то из детей не решается лечь на «кровать», предложите ему «прогнать свой страх». Для этого можно сесть на надутый шарик так, чтобы он лопнул, проткнуть его кнопкой или просто сдуть из него воздух.

При работе по теме «Злость» дети могут поколотить подушку и попинать мешок, лежащий на полу. В мешок можно положить

старый матрац, скрученный в трубку, закрепленный веревками и обшитый плотной тканью.

Еще одно интересное упражнение – «Шкала злости». Для него понадобятся мишень и мешочек из плотной непрозрачной ткани, наполненный крупной фасолью. Мишень изготавливается из цветного картона и крепится на стену в группе. Размер мишени произвольный.

Ведущий объясняет детям, что человек может быть чем-то раздражен. Раздражение – это слабая степень злости. «Я слегка разозлилась, когда…» – заканчивает предложение ведущий и не очень сильно бросает мешочек в мишень. Детям предлагается сделать то же самое. Со словами «Я разозлилась сильнее, когда…» мешочек поочередно бросается в мишень с большей силой. И наконец, мешочек бросается изо всех сил: «Я очень разозлилась, когда…» Это упражнение позволяет детям научиться лучше контролировать проявления своих чувств. Если дети не готовы к тому, чтобы закончить предложения, они могут просто соотносить свои броски с произнесением утвердительных предложений: «Я слегка разозлился(ась)», «Я разозлился(ась) сильнее», «Я разозлился(ась) очень сильно».

При работе по теме «Спокойствие» ведущий и воспитатель предлагают ребенку лечь на плотное покрывало и некоторое время качают его как в гамаке. Это упражнение способствует снятию мышечных зажимов и развитию доверия у детей.

Тематический блок «Радость»

Занятие 1 (19)

Цели:

расширение представлений детей о радости; развитие творческого мышления; укрепление доверия в группе.

Материалы:

макет города; зеркало; разноцветные ленточки длиной 15 см (по количеству детей); лист обоев длиной 1,5 м; наборы цветных карандашей, восковых мелков, фломастеров; магнитофон, аудиозапись «Маленькой ночной серенады» В.-А. Моцарта (возможные варианты музыкальных отрывков см. в описании Занятия 18); батут.

Ход занятия

♦ Приветствие

Доброе утро! Садитесь, пожалуйста, в круг на стульчики. Давайте возьмемся за руки и все вместе прокричим: «Доброе утро!» А теперь скажем «Доброе утро» обычным голосом. А теперь прошепчем наше приветствие.

♦ «Оживление дорожки»

Сегодня мы отправляемся в путешествие к одному из разноцветных домиков. Я включу музыку, а вы скажете, какая это мелодия: спокойная, агрессивная, радостная или тревожная? Да, это радостная мелодия. Мы отправляемся в домик, на который приклеена пиктограмма радости.

Посмотрите на макет города. Как вы думаете, по дорожке какого цвета мы пойдем к домику радости? Да, по желтой. Сейчас я пройду мимо каждого из вас с подносом, на котором лежат маленькие цветные ленточки, выберите себе любую. Напишите на ней фломастером свое имя и привяжите ее к желтой дорожке.

Я помогу всем, кому это нужно. Тот, кто все сделал, возвращается на свой стульчик. Очень хорошо! Посмотрите, дорожка ожила, на ней появились ваши имена. Путешествие продолжается.

♦ «Дорожный танец»

Я опять включу магнитофон, а вы вспомните, какие движения мы делали под эту музыку на прошлом занятии. Кто хочет нам их напомнить? Антон, пожалуйста. Замечательно! А теперь встаем и танцуем все вместе, ведь мы на дорожке радости! Действительно радостный танец получился! Молодцы, садитесь на свои места.

♦ **«Что в домике лежит»**

А для того чтобы узнать, что мы будем делать дальше, нужно открыть дверь желтого домика и достать то, что там лежит. Это зеркало, кусочек обоев, цветной карандаш, фломастер, восковой мелок, ручка и блокнот. Как вы думаете, для чего все это нужно? Ваши ответы были очень интересными.

♦ **«Встреча с эмоцией»**

Зеркало нам нужно для того, чтобы встретиться со своей улыбкой. Ваня, улыбнись себе, глядя в зеркало, найди в нем свою улыбку и закончи предложение: «Когда я радуюсь, моя улыбка похожа на…» Я буду записывать ваши ответы ручкой в блокнот, чтобы не забыть, что скажет каждый из вас.

Дети по кругу ищут в зеркале свою улыбку и заканчивают предложение. Частые ответы детей: «Моя улыбка похожа на радугу, на солнце, на воздушный шарик, на меня, на горшочек с медом, на брата, на маму».

♦ **Изготовление «ростовой куклы»**

У нас остались кусочек обоев и цветной карандаш, восковой мелок и фломастер. На таком маленьком кусочке бумаги нельзя ничего нарисовать, да и рисовать нам всем нечем. Поэтому я принесла с собой большой кусок бумаги – лист обоев, цветные карандаши, фломастеры и восковые мелки.

Сейчас мы с вами будем рисовать куклу радостного человека такого же роста, как кто-то из вас. Рисовать будем на полу. Пока я раскатываю бумагу, подумайте, кто хочет, чтобы кукла была похожа на него. Чтобы это получилось, нужно будет лечь на лист и разрешить мне обвести контур тела от головы до пяток. Прежде чем соглашаться, подумайте хорошенько. Олег, ты точно решил сделать нам такой подарок? Спасибо большое. Ложись на бумагу, а все остальные сидите, пожалуйста, тихо и не разговаривайте. То, что мы сейчас будем делать, – настоящее волшебство. Если кто-то будет нам мешать, чуда не произойдет и контур может не получиться. Все готовы? Олег, готов? Начинаем. Сначала обводим голову, теперь правое плечо, правую руку. *(Ведущий проговаривает все свои действия, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно.)*

Контур тела обведен. Спасибо, Олег. Спасибо всем ребятам, вы нам очень помогли, никто не мешал, и кукла получается отличная.

Давайте сделаем нашу куклу радостной. Все готовы? Начнем с лица. Первое, на что мы обращаем внимание, глядя на радостного человека, – это… Правильно, улыбка. Аня, ты первая сказала, что это улыбка, подходи и нарисуй ее на лице нашей куклы. Что еще есть на лице? *(Дети называют и рисуют рот, нос,*

глаза, щеки..) Лицо готово. Проверьте по пиктограмме на желтом домике, получилось ли у нас радостное лицо? Да. Теперь посмотрите, что еще нужно нарисовать на голове: волосы, уши. Отлично!

Нашему человечку нужны одежда и обувь. Решите, как он будет одет, обут, и нарисуйте все, что нужно. Теперь раскрасьте одежду восковыми мелками. *(Когда работа будет закончена, ведущий вырезает изображение радостного человека и вместе с детьми прикрепляет его к стене в раздевалке или в группе. В ходе последующих занятий стена, на которую крепятся все работы, называется «Стеной эмоций».)* Рядом с радостным человеком скоро появятся изображения людей с другими настроениями. А сейчас возвращайтесь на свои места. Нам пора прощаться.

♦ Прощание

Чтобы по радостной дорожке выйти из сказочного города в группу, предлагаю каждому из вас прыгнуть по три раза на батуте, держась за руки ведущего. Сегодня мы будем прощаться так. А теперь закройте, пожалуйста, глаза. Тот, кто услышит свое имя, подходит ко мне, прыгает на батуте и выходит из группы. До свидания.

Занятие 2 (20)

Цели:

расширение представлений детей о радости; развитие творческого мышления, памяти, координации движений; снятие мышечных зажимов; развитие произвольного улавливания ощущения тепла.

Материалы:

макет города; зеркало; лист бумаги 60х30 см; фигурки мальчика и девочки высотой 55 см; желтые восковые мелки по количеству детей; магнитофон, аудиозапись «Маленькой ночной серенады» В.-А. Моцарта; батут.

Ход занятия

♦ Приветствие

Здравствуйте. Я рада вас видеть. Мы продолжаем путешествие по сказочному городу.

♦ «Дорожный танец»

Сейчас я включу магнитофон, и мы отправимся в путь. По дорожке какого цвета мы с вами пойдем к радостному домику? Да, по желтой. Вспоминайте движения радостного танца. Идем за хорошим настроением. *(Звучит музыка.)* Танец получился замечательный. Садитесь, пожалуйста, в кружок на стульчики.

♦ **«Вспомни соседа»**

Вот наша желтая дорожка. На ней разноцветные ленточки. Давайте вспомним, какую ленту выбрал каждый из вас и привязал к желтой дорожке на прошлом занятии. Ира, какого цвета была твоя ленточка? Зеленая? Правильно, на ней написано твое имя. Кто еще помнит, какого цвета его ленточка? Кто не вспомнил цвет своей ленточки? Антоша, я тебе помогу. Твоя ленточка находится между красной и синей. Найди ее глазками. Ребята, и вы найдите ее глазками, но не называйте цвет вслух. Это ваш маленький секрет. Ну что, Антоша, нашел? Какого она цвета? Правильно, она розовая. А теперь задание для всех: ленточка какого цвета расположена между розовой и зеленой? Синяя, правильно. Какого цвета «соседи» оранжевой ленточки? *(Детям можно дать 2–3 задания.)* А теперь я буду показывать ленточки на дорожке по порядку, от центра к домику, а вы говорите, чья это ленточка. Попробуйте запомнить, чьи ленточки находятся рядом с вашей.

♦ **«Что в домике лежит»**

Вот мы и добрались до домика. Открываем дверь и достаем оттуда зеркало, желтые восковые мелки, фигурки мальчика и девочки и записку с надписью «Возьмите лист бумаги». Давайте положим все в центр круга. Как вы думаете, для чего нам все это нужно? Вы высказали очень интересные предположения.

♦ **«Найди на теле»**

Я беру бумагу. Выбирайте, чью фигурку – мальчика или девочки – мы будем обводить сегодня? *(Дети делают свой выбор. Обводится контур той фигуры, которую выбрало большинство детей.)*

Пока я обвожу контур, Миша посмотрит в зеркало, встретится со своей улыбкой, скажет себе «Здравствуй!» и пожелает себе здоровья. А теперь, Миша, передай, пожалуйста, зеркало Ульяне, которая сидит рядом с тобой. Она сделает то же самое. Так по очереди каждый посмотрит в зеркало, отыщет свою улыбку и пожелает себе здоровья.

На листе обведен контур фигурки девочки. Вы все посмотрелись в зеркало и нашли свои улыбки, а теперь закройте глаза и попробуйте найти в своем теле самое теплое местечко. Там сейчас живет ваша радость. Она может быть в голове, шее, плечах, в руке, в груди, в животе, в ноге. Кто нашел такое место, запомните, где оно находится. Открывайте глазки. Сейчас я буду по одному называть ваши имена, а вы выходите в центр круга, берите желтый мелок, находите и раскрашивайте внутри контура свое теплое местечко. Под местом, где живет радость каждого из вас, я подпишу имя.

Замечательно! Посмотрите, радость живет у всех в разных частях тела. Она может путешествовать по всему телу. Этот лист мы прикрепим на «Стену эмоций» рядом с радостным человечком.

♦ Прощание

А сейчас пришла пора прощаться. Тот, кто услышит свое имя, подходит ко мне, три раза прыгает на батуте и выходит из группы. До свидания.

Занятие 3 (21)

Цели:

переживание радостных эмоций; развитие творческого мышления, памяти, координации движений; снятие мышечных зажимов; наблюдение за ощущениями в теле; развитие произвольного улавливания ощущения тепла.

Материалы:

макет города; зеркало; лист бумаги 60х30 см; оставшаяся неиспользованной на занятии 21 фигурка высотой 55 см; прозрачный скотч, ножницы; природные материалы; желтые восковые мелки по количеству детей; магнитофон, аудиозапись «Маленькой ночной серенады» В.А. Моцарта; батут.

Ход занятия

♦ Приветствие. «Дорожный танец»

Доброе утро! Наше занятие начинается. Все готовы к танцу? *(Звучит радостная мелодия, дети танцуют.)* Отлично! Настроение бодрое, веселое, все улыбаются.

♦ «Вспомни соседа»

Давайте сядем на стульчики и посмотрим на дорожку, ведущую к домику радости. А сейчас вспомним, какого цвета ленточки каждый из вас привязывал на желтую дорожку. Кто запомнил, чьи ленточки находятся рядом с вашей?

♦ «Что в домике лежит»

Молодцы, ребята! Открываем дверь желтого домика. Там лежат восковые мелки желтого цвета, фигурка мальчика, широкий скотч, ножницы. А еще целый мешочек с природными материалами: камушки, семечки, веточки, ягодки, листики, травка, мох и т. п. Еще есть записочка с надписью «Возьмите лист бумаги». Как вы думаете, для чего нам все это понадобится?

Дети, основываясь на опыте прошедших занятий, как правило, очень точно описывают, для чего нужны все вышеназванные материалы. За день до занятия дети на прогулке собирают понравившиеся им природные материалы.

♦ **«Найди на теле»**

Вы просто молодцы! Я заранее обвела на листе контур фигурки мальчика. Закройте, пожалуйста, глаза и улыбнитесь себе. Встречайтесь со своей радостью и находите в своем теле то теплое местечко, где она живет сегодня. Запомните это место. А теперь откройте глаза и улыбнитесь друг другу. Посмотрите на природные материалы, которые лежат в кругу. Подумайте, каким из этих предметов может быть ваша радость. Я по одному буду называть ваши имена. Тот, кто услышит свое имя, выходит в центр круга и восковым мелком раскрашивает на нарисованном контуре теплое местечко, найденное в своем теле. Дима, возьми, пожалуйста, мелок. Где сегодня живет твоя радость? В животе. Закрашивай это место на контурном рисунке. Теперь выбери, на что из предметов, лежащих перед тобой, похожа твоя радость. Это зеленый кленовый листик. Замечательно; если твоя радость – кленовый листик, то где, по-твоему, его место в теле? Подумай. Это опять может быть живот, а может быть другое место.

Ведущий помогает с помощью широкого прозрачного скотча прикрепить природные материалы к контурному изображению в местах, где поселилась радость, а рядом подписывает имена детей. Когда все дети выполнили задание, психолог обращает их внимание на то, что у разных людей радость могут вызывать совершенно разные предметы.

Посмотрите, как все мы не похожи друг на друга. Давайте прикрепим и этот лист к «Стене эмоций», рядом с другими нашими работами.

♦ **Прощание**

А теперь пришла пора прощаться. Тот, кто услышит свое имя, подходит ко мне, три раза прыгает на батуте и выходит из группы. До свидания.

Занятие 4 (22)

Цели:

расширение представлений детей о радости; продолжение наблюдений за ощущениями в теле; формирование положительного эмоционального настроя.

Материалы:

макет города; цветные карандаши, восковые мелки; контурные фигурки человечков из белого картона высотой 12 см – по количеству детей (см. Приложение 4, «Радость»); вырезки из журналов с изображением красочных предметов, игрушек, цветов, животных, улыбающихся людей (размер вырезок – не больше 5

см); клей; магнитофон, аудиозапись «Маленькой ночной серенады» В.-А. Моцарта; батут.

Ход занятия

♦ Приветствие. «Дорожный танец»

Доброе утро! Наше занятие начинается с радостного танца. Мы идем по дорожке к домику радости. *(Звучит музыкальный отрывок, дети танцуют.)*

У вас очень хорошо получается! А сейчас… раз, два, три – замри. Закройте, пожалуйста, глаза. Тот, кто почувствует прикосновение к своему плечу, тихонечко садится в круг на стульчик.

♦ «Что в домике лежит»

Давайте откроем дверь желтого домика и достанем то, что там лежит. Это цветные мелки, карандаши, фигурки человечков, цветные картинки, клей. Как вы думаете, что мы сегодня будем делать?

Сегодня мы с вами украсим желтый домик с помощью разноцветных картинок. Давайте постараемся сделать это так, чтобы любой человек, посмотревший на него, понял, что это дом радости. На полу в центре круга я разложу картинки. Рассмотрите их внимательно. Как вы думаете, они все радостные? Если какая-то картинка вам не нравится и вы считаете, что она не подходит к теме радости, ее можно отложить в сторону и не использовать. Мы оставляем все картинки? Теперь закройте глаза. Улыбнитесь себе. Сейчас я буду называть вас по именам, и вы будете открывать глаза. Ваня, встань, выбери себе картинку, глядя на которую ты испытываешь чувство радости. Возьми ее и возвращайся на место. Больше тебе закрывать глаза не надо. *(Те же действия выполняют все дети, сидящие в кругу.)*

Все вы сделали свой выбор. Покажите друг другу свои картинки. А сейчас я буду вызывать в круг по два человека. Вы будете намазывать свои картинки клеем и приклеивать их на желтый домик. Приклеить картинку можно на любое место, но не заклеивайте радостное личико человечка. Сейчас мы украсим наш домик, и он оживет. Получилось очень красиво и весело.

♦ Изготовление человечков

Но посмотрите, улицы нашего города безлюдны! На них никого нет! Как хорошо, что у меня есть нераскрашенные фигурки человечков (см. Приложение 4). Смотрите, они твердо стоят на ногах, руки расставлены в стороны. Своей позой они как будто говорят: «Мы рады вас видеть! Мы готовы любого человека пригласить в гости в свой домик радости». Сейчас каждому из вас я дам по одной такой фигурке. Вы нарисуете своему человечку

радостное лицо (лицо человечка на желтом домике может быть для вас подсказкой), любую одежду и обувь, какую захотите. Не забудьте раскрасить и обратную сторону картонного человечка. Помните, что с одной стороны на голове у него есть лицо, уши. А с другой стороны надо опять рисовать лицо? Нет, там рисуют волосы, заколки, бантики, если вы считаете, что они нужны. На эту работу вам дается 10 минут… Прошла половина времени… А сейчас у вас осталась одна минута, заканчивайте работу. Отлично!

Теперь посмотрите на макет города и решите, где будет стоять ваш радостный человечек. Я буду подзывать вас к себе по одному.

Мы прикрепим к каждому человечку полоску-опору, на которой он будет держаться, и поставим его в любое понравившееся вам место. В нашем городе появились первые жители. Давайте поприветствуем их аплодисментами.

Так как на следующих занятиях желтая дорожка больше не понадобится, мы превращаем ее в ленточку с флажками, приклеив один ее конец к крыше желтого домика.

♦ **Прощание**

Ну что же, наше путешествие в радостный домик подошло к концу. Желтая дорожка превратилась в разноцветные флажки. Теперь вы знаете, что нужно сделать, чтобы снова попасть туда? Чаще улыбаться, танцевать веселые, радостные танцы, а еще можно встретиться с радостью в зеркале.

А сейчас я приглашаю вас сфотографироваться. Все улыбаются! У нас получится отличный «Портрет радости» всей группы.

На следующем занятии мы с вами пойдем к другому домику. А сейчас я приглашаю всех вас на радостный танец. *(После танца дети прыгают на батуте. На этом занятие заканчивается.)* До свидания!

Тематический блок «Страх»

Занятие 1 (23)

Цели:

расширение представлений детей о страхе; развитие произвольности; укрепление доверия в группе; создание благоприятных условий для проявления чувств.

Материалы:

макет города; зеркало; разноцветные ленточки длиной 15 см

– по количеству детей; лист обоев длиной 1,5 м; наборы цветных карандашей, восковых мелков, фломастеров; магнитофон, аудиозапись пьесы Р. Шумана «Порыв» (возможные варианты музыкальных отрывков см. в описании Занятия 18); воздушные шарики, покрывало.

Ход занятия

♦ Приветствие

Доброе утро! Тот, чье имя я назову сейчас, садится на стульчик и называет имя ребенка (мальчика или девочки), который сядет справа от него. Миша, проходи и садись. Кто сядет рядом с тобой? Гриша. Отлично! Гриша, назови имя того, кто сядет справа от тебя. *(Так продолжается до тех пор, пока все дети не сядут на стулья в кругу.)* Давайте возьмемся за руки и скажем «Доброе утро!» шепотом, обычным голосом и прокричим так громко, чтобы нас услышали все в детском саду.

♦ «Оживление дорожки»

На прошлых занятиях мы с вами путешествовали по желтой дорожке к домику радости. Сегодня мы отправимся в другой домик. Сейчас я включу музыкальную запись, а вы подумаете или вспомните, какие чувства она вызывает *(звучит музыка* Р *Шумана)*.

Те, кто догадался, по какой дорожке мы начнем путешествовать, поднимите вверх большой палец. Вслух цвет не называйте. Первой палец подняла Катя. Я подойду к тебе с подносом, выбери ленточку любого цвета. Напиши на ней свое имя и привяжи к нужной нам дорожке. Как вы думаете, правильно выбран цвет дорожки или нет? *Если выбор неправильный, ведущий продолжает работу по определению дорожки. Если дорожка определена верно, дети «оживляют» ее, привязывая разноцветные ленточки со своими именами.*

♦ «Дорожный танец»

А теперь давайте все вместе исполним «Дорожный танец». *(Дети под музыку выполняют ритмичные движения, передающие страх.)*

♦ «Что в домике лежит»

Вот мы и добрались до коричневого домика. К нему приклеено лицо испуганного человечка. Давайте его внимательно рассмотрим. А теперь достанем предметы, которые лежат в домике. Это зеркало, кусочек обоев, цветной карандаш, фломастер, восковой мелок, ручка и блокнот. Вы помните, для чего все это нужно?

♦ «Встреча с эмоцией». Изготовление «ростовой куклы»

Далее занятие проводится аналогично занятию 19. Дети

пытаются найти в зеркале свой страх, придать своим лицам испуганные выражения и заканчивают предложение: «Когда я испуган, мой страх похож на…» Затем совместными усилиями изготавливается соответствующая кукла, которая помещается на «Стену эмоций» рядом с куклой радостного человека.

♦ **Прощание. «Чудесная кровать»**

Ребята, пришла пора прощаться. Сегодня наше прощание будет необычным. Правда, сначала придется потрудиться. Мы будем надувать воздушные шарики. Часть из них уже надуты, а вы будете относить их в отгороженное стульчиками место. Отлично! Теперь мы накроем шары покрывалом. У нас получилась «чудесная кровать». Кто самый смелый и хочет полежать на ней? «Кровать» может не выдержать веса всех ребят одновременно, и шарики начнут лопаться, поэтому буду приглашать вас по одному. *(Ведущий называет имя ребенка, который захотел полежать на «кровати». Как правило, дети с удовольствием выполняют это упражнение. Если кто-то из них не отважится лечь на «чудесную кровать», предложите ему «прогнать свой страх»: сесть на отдельный надутый воздушный шарик так, чтобы он лопнул, проткнуть его кнопкой или просто сдуть воздух.)*

А теперь наше занятие заканчивается. До свидания!

Занятие 2 (24)

Цели:

расширение представлений детей о страхе; развитие творческого мышления, памяти, координации движений; снятие мышечных зажимов; развитие произвольного улавливания неприятных ощущений (дрожь, «холодок»).

Материалы:

макет города; зеркало; лист бумаги 60х30 см; фигурка мальчика высотой 55 см; коричневые восковые мелки по количеству детей; магнитофон, аудиозапись пьесы Р. Шумана «Порыв»; видеомагнитофон, мультфильм «Ежик в тумане»; воздушные шарики, покрывало.

Ход занятия

♦ **Приветствие**

Давайте возьмемся за руки и скажем «Доброе утро!» шепотом, обычным голосом и прокричим громко.

♦ А теперь давайте все вместе исполним «Дорожный танец». *(Дети под музыку выполняют ритмичные движения, передающие страх.)*

♦ «Вспомни соседа» (игра с разноцветными ленточками)

♦ «Что в домике лежит»

Сегодня мы продолжаем говорить о страхе. Давайте будем передавать по кругу зеркало и пробовать изображать на своем лице страх. Когда вы смотрелись в зеркало, вы верили, что на вас смотрит испуганный человек? Отлично!

♦ «Найди на теле»

Сейчас я предлагаю вам посмотреть мультфильм «Ежик в тумане».

Дети смотрят мультфильм до эпизода, в котором ежик падает в воду. («Я в реке», – сообразил ежик и похолодел от страха.) На этом месте мультфильм останавливается. Пока дети смотрят мультфильм, ведущий рисует на листе бумаги фигурку мальчика. Обведенный контур фигурки кладется на пол в центр круга.

Ребята, смотрите, как интересно! Когда мы с вами говорили о радости, мы искали в своем теле теплое местечко, а ежик в мультфильме от страха похолодел. Значит, разные эмоции могут вызывать в нашем теле разные ощущения. От одних мы теплеем внутри, от других – холодеем. Давайте представим себя на месте ежика. Закройте глаза. Вы идете в тумане, и вам ничего не видно. Вдруг – бултых! Вы упали в воду и похолодели не только от воды, но и от страха. Найдите в своем теле местечко, в котором холодно и все дрожит. Запомните это место. А теперь открывайте глаза. Я буду по одному подзывать вас, а вы коричневым восковым мелком на контурном рисунке мальчика раскрасьте место, в котором поселился ваш страх. Рядом с обозначенными местами ведущий подписывает имена детей.

Лист прикрепляется к «Стене эмоций».

Давайте посмотрим мультфильм «Ежик в тумане» до конца.

А теперь представьте себе, что мы, как в сказке «Ежик в тумане», сидим вместе с друзьями, пьем чай, который нас согревает. *(Воспитатель угощает детей заранее приготовленным теплым сладким чаем.)* Мы согрелись, холодок пропал, страх исчез.

♦ **Прощание. «Чудесная кровать»**

Занятие 3 (25)

Цели:

развитие творческого мышления, памяти, координации движений; снятие мышечных зажимов; наблюдение за ощущениями в теле; развитие произвольного улавливания неприятных ощущений (дрожь, «холодок»).

Материалы:

макет города; зеркало; лист бумаги 60х30 см; фигурка девочки высотой 55 см; скотч; ножницы; природные материалы; коричневые восковые мелки по количеству детей; магнитофон, аудиозапись пьесы Р. Шумана «Порыв»; воздушные шарики, покрывало.

Ход занятия

♦ **Приветствие**

Дети рассаживаются на стульчики и произносят фразу «Доброе утро!» в разном темпе – со скоростью улитки, пулеметной очереди, с обычной скоростью.

♦ «Дорожный танец»

♦ «Что в домике лежит»

Давайте посмотрим, что сегодня лежит в нашем домике. Восковые мелки коричневого цвета, фигурка девочки, широкий скотч, ножницы. А еще мешочек с природными материалами. В нем камушки, семечки, веточки, ягодки, листочки, травка, мох. А еще в домике есть записочка с текстом «Возьмите лист бумаги». Как вы думаете, для чего нам все это понадобится? *(За день до занятия на прогулке дети собирают природные материалы, которые ассоциируются у них со страхом.)*

♦ **«Найди на теле»**

(Ведущий обводит на листе бумаги контур фигуры девочки и просит детей закрыть глаза.) Вспомните мультфильм, который мы смотрели на прошлом занятии. Как он назывался? Что чувствовал ежик? Чего он боялся? А вы когда-нибудь попадали в ситуации, когда чего-то пугались? Вспомните, пожалуйста. Прислушайтесь к своему телу. Где задрожал холодок внутри вашего тела? Запомнили? Можете открыть глаза. Посмотрите на природные материалы, которые лежат на полу. Найдите глазами тот предмет, на который похож ваш страх. Встаньте, возьмите его и возвращайтесь на место. Теперь по очереди покажите, что вы выбрали, и приложите этот предмет к той части вашего тела, где вы чувствовали холодок. Кто может рассказать о своем страхе? Дима, о каком страхе ты вспомнил? Покажи, где он находится в теле. В животе. Приложи к животу каштан, который ты выбрал. Вспомни еще раз эту ситуацию. Испугайся хорошенько. А теперь выйди в центр круга и коричневым карандашом раскрась место своего страха на нарисованном контуре. Положи на него каштан, который обозначает твой страх, а я скотчем прикреплю его к бумаге. Смотри, вот так. Теперь это уже не твой страх. Он больше не может тебя напугать. Скажи ему, что ты его больше не боишься. *(Дети по очереди выполняют упражнение.)* Лист

занимает свое место на «Стене эмоций».

♦ **Прощание. «Чудесная кровать»**

Занятие 4 (26)

Цели:

расширение представлений детей о страхе; продолжение наблюдения за ощущениями в теле; формирование положительного эмоционального настроя.

Материалы:

макет города; цветные карандаши, восковые мелки; контурные фигурки человечков из белого картона высотой 12 см – по количеству детей (см. Приложение 4, «Страх»); разноцветные вырезки из журналов с изображением катастроф, природных катаклизмов, испуганных людей и мчащихся в панике животных; клей; магнитофон, аудиозапись пьесы Р. Шумана «Порыв»; воздушные шарики, покрывало; видеомагнитофон, мультфильм «Разноцветные фонарики».

Ход занятия

♦ **Приветствие**

♦ **«Дорожный танец»**

♦ **«Что в домике лежит»**

Посмотрите – перед вами лежат разноцветные вырезки из журналов. Сейчас тот, кто услышит свое имя, встанет, выберет самую страшную, на его взгляд, картинку и приклеит ее в любое место на коричневом домике.

Замечательно! Домик готов.

♦ **Изготовление человечков**

А теперь пусть каждый возьмет себе фигурку человечка, сделанную из белого картона (см. Приложение 4). Нарисуйте их лица так, чтобы было понятно: ваши человечки испытывают страх. Не забудьте про одежду и обувь. Подумайте, чем эти фигурки отличаются от фигурок радостных человечков.

Пусть тот, кто сделал человечка, подойдет ко мне, мы найдем ему место в сказочном городке.

А теперь давайте посмотрим мультфильм «Волшебные фонарики». В нем рассказывается о мышонке, который победил страх всего леса. *(Можно прочитать книжку, по которой был снят этот мультфильм.)*

Было интересно наблюдать, как некоторые дети сначала поместили фигурки своих человечков в домик, а после просмотра мультфильма переместили их на улицы сказочного городка, рядом с радостными человечками. «Может быть, так им не будет очень

страшно», – сказала четырехлетняя Лиза.

♦ Прощание

Я принесла фотоаппарат и приглашаю всех сфотографироваться на память. Изобразите, пожалуйста, испуганное выражение лица. Фотография нашей группы будет называться «Портрет страха».

Давайте еще раз потанцуем под тревожную музыку. Только теперь старайтесь делать такие движения, как будто вы стряхиваете с себя накопившийся страх.

Нам удалось справиться со страхом. Вместо коричневой дорожки с привязанными к ней ленточками мы сделаем праздничные флажки. На следующем занятии мы с вами отправимся в путешествие по другой дорожке к цветному домику, на встречу со следующей эмоцией.

♦ «Чудесная кровать»

Тематический блок «Злость»

Занятие 1 (27)

Цели:

расширение представлений детей о злости; развитие произвольности; укрепление доверия в группе; создание благоприятных условий для проявления чувств.

Материалы:

макет города; зеркало; разноцветные ленточки длиной 15 см – по количеству детей; лист обоев длиной 1,5 м; наборы цветных карандашей, восковых мелков, фломастеров; магнитофон, аудиозапись отрывка из увертюры П.И. Чайковского «Буря»; колокольчик; мишень на стену размером 50х50 см, мешочек 10х5 см, наполненный фасолью; подушка и мешок для битья.

Ход занятия

♦ Приветствие

Доброе утро! На прошлых занятиях мы с вами побывали в домиках радости и страха. Но мы не ходили еще по двум дорожкам. Одна из них ведет к домику злости, другая – к домику спокойствия.

♦ «Оживление дорожки»

Сейчас я включу музыку *(П.И. Чайковский, «Буря»),* а вы подумайте, какие чувства она вызывает. Как вы думаете, то, что вы услышали, больше похоже на злость или спокойствие? Правильно, на злость. Значит, на следующих занятиях мы с вами

будем путешествовать по красной дорожке. Давайте «оживим» ее. Выберите себе на подносе ленточку любого цвета, напишите на ней фломастером свое имя и привяжите на красную дорожку. Посмотрите, кто из ребят привязывает ленточки рядом с вашей? Запомните своих соседей. Отлично!

♦ **«Дорожный танец»**

А теперь подумайте, какие движения можно делать под прозвучавшую мелодию? Музыка агрессивная, порывистая, значит, и движения должны быть резкие, сильные. Все готовы к «Дорожному танцу»? Идем под музыку к домику злости. Садитесь, пожалуйста.

♦ **«Что в домике лежит»**

Мы в сказочном городе, перед нами дверь красного домика. Давайте откроем ее и посмотрим, что там лежит и для чего нам понадобятся эти предметы. *(Ведущий достает зеркало, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, ручку и блокнот, записку со словами «Возьмите лист бумаги».)* Вы помните, для чего все это нужно?

♦ **«Встреча с эмоцией»**

Сегодня мы будем искать в зеркале свою злость, а встретившись с ней, внимательно рассмотрим ее и скажем: «Когда я злюсь, моя злость похожа на…» А я запишу все, что вы скажете, чтобы не забыть.

♦ **Изготовление «ростовой куклы»**

Теперь подумайте, кто из вас разрешит обвести контур своего тела? Мы будем делать куклу, которая разозлилась. *(Ведущий обводит контур тела ребенка.)*

Ребята, а каким становится лицо человека, когда он зол? *Дети отвечают на вопросы, а потом рисуют лицо куклы. Готовая кукла помещается на «Стену эмоций».*

♦ «Шкала злости»

Я прикрепляю к стене мишень и беру в руки мешочек, наполненный фасолью. Нужно попасть в мишень. Главное – это сила, с которой вы бросаете мешочек. Она должна быть такой же, как ваше раздражение или злость.

Вспомните ситуации, когда вы были раздражены, слегка злились. Тот, кто вспомнил, подходит ко мне, берет мешочек, произносит и заканчивает фразу «Я слегка разозлился(лась), когда…» и несильно бросает его в мишень.

Молодцы! Дайте, пожалуйста, мне мешочек. «Я разозлилась сильнее, когда меня толкнули», – бросаю мешочек в мишень с большей силой.

Кто готов рассказать нам, когда он разозлился еще сильнее? *(Дети заканчивают предложение «Я разозлилась(ся) сильнее,*

когда…» и с большей силой бросают мешочек в мишень.)

Хорошо. Я попрошу снова дать мне мешочек. «Я разозлилась очень сильно, когда потеряли мою любимую книжку». *(Ведущий изо всех сил бросает мешочек в мишень. Дети по желанию проделывают те же действия.)*

Если не все ребята в группе могут закончить перечисленные выше предложения, упражнение можно упростить. Таким детям можно просто соотносить силу своих бросков с произнесением утвердительных предложений: «Я слегка разозлилась», «Я разозлилась сильнее», «Я разозлилась очень сильно».

Теперь вы знаете, что может разозлить ваших товарищей. Надеюсь, что это поможет вам лучше понимать друг друга, быть внимательными и терпимыми.

♦ **«Прогоняем злость»**

Посмотрите, я принесла для вас подушку и «мешок для битья». Подушку положим в кресло, а мешок бросим на пол. Сейчас мы будем прогонять свою злость. Я попрошу Мишу и Колю выйти в центр круга. Коля подходит к подушке, Миша – к мешку. Как только вы услышите звон колокольчика, начинайте изо всех сил бить по подушке и по мешку. Коля по подушке бьет руками, Миша по мешку бьет ногами. Как только колокольчик зазвонит еще раз, меняетесь местами. *(Все дети по парам выполняют упражнение.)*

Подушку и мешок я оставляю в вашей группе. Найдите вместе с воспитательницей им постоянное место. Теперь вы сможете, ударяя по этим предметам, прогнать свою злость.

♦ **Прощание**

На этом наше занятие закончено. До свидания.

Занятие 2 (28)

Цели:

расширение представлений детей о злости; развитие творческого мышления, памяти, координации движений; развитие способности произвольно чувствовать напряжение; снятие мышечных зажимов.

Материалы:

макет города; зеркало; лист бумаги 60х30 см; фигурка мальчика высотой 55 см; красные восковые мелки – по количеству детей; пружина; колокольчик; магнитофон, аудиозапись отрывка из увертюры «Буря» П.И. Чайковского; сказка М. Пляцковского «Фонтан, который умел плавать»; мишень на стену размером 50х50 см, мешочек размером 10х5 см, наполненный фасолью;

подушка и мешок для битья, «мешочек злости».

Ход занятия

♦ Приветствие

Доброе утро! Я рада вас видеть. Давайте поприветствуем друг друга и сыграем в игру под названием «Эхо». Лена, попробуй одновременно произносить громко свое имя и изо всех сил топать ногами. Отлично! Теперь мы все вместе произносим имя «Лена» и топаем ногами. *(Упражнение по очереди выполняют все дети.)*

Ребята, я оставила вам в группе подушку и мешок для битья. Помогли эти предметы кому-то из вас справиться со злостью? Расскажите, пожалуйста.

♦ «Дорожный танец»

А сейчас я приглашаю всех на «Дорожный танец». Он приведет нас в сказочный городок к красному домику, и мы узнаем, что будем делать сегодня.

♦ «Вспомни соседа»

Вот мы и в сказочном городке. Давайте посмотрим, есть ли на цветной дорожке ленточки каждого из вас. Вспомните, пожалуйста, какого цвета ваша ленточка? Кто из ребят привязал ленточку рядом с вашей? У вас отличная память.

♦ «Что в домике лежит»

Я открываю дверь красного домика. Посмотрим, что сегодня лежит в нашем домике. Итак, здесь красный восковой мелок, фигурка мальчика, пружина, зеркало и записка «Возьмите лист бумаги». Как вы думаете, для чего нам все это нужно?

♦ «Найди на теле»

Пока я буду обводить на листе контур фигурки, вы поочередно изобразите на своем лице злость и внимательно посмотрите в зеркало. Что происходит с вашим лицом? Оно стало красным, губы напряжены, растянуты, рот приоткрыт так, что видны зубы…

Хорошо получилось. А у меня уже обведен контур, я кладу его на пол в центр круга. Попробуйте изобразить злость всем телом. Тот, кто хочет, может встать и подвигаться. Что происходило с вашим телом? Ваши движения были легкими, как у бабочки, или напряженными?

Сегодня я принесла пружину, чтобы показать вам. Как вы думаете, для чего? У вас были очень интересные предположения. Мы будем сравнивать злость с пружиной. Представьте себе, что ваша злость похожа на пружину. Когда вы начинаете слегка злиться, раздражаться, пружина постепенно сжимается. Вас толкнули, не приняли в игру, вы на кого-то обиделись, злость накапливается, и пружина сжимается еще больше. *(Ведущий,*

надавливая на пружину сверху, наглядно показывает детям, как это происходит. Можно предложить детям попробовать какое-то время самим удержать сжатую пружину.) Легко удерживать такую пружину? Нет. А что хочется сделать? Конечно, отпустить ее и дать ей выпрямиться. Так происходит и с вашим поведением и поступками. Когда вас сильно разозлят, вы можете сказать обидные слова и даже ударить обидчика, и злость как будто бы проходит. Но, обижая других, мы часто жалеем потом о своем поступке. Так было и в сказке «Фонтан, который умел плавать». Я расскажу вам ее, а вы послушайте.

Фонтан, который умел плавать

Разные фонтаны бывают. Но тот, о котором пойдет речь, был плавающий. А плавающий он был потому, что выпускал его над Голубым морем китенок Чудик.

Куда бы Чудик ни плыл – там и фонтан искрился. Разноцветные струйки высоко взлетали. Их отовсюду было видно.

Любопытные пассажиры на больших белых теплоходах разглядывали в бинокли этот одинокий плавающий фонтан. Они хлопали в ладоши и кричали «ура!».

Даже дельфины радостно прыгали, заметив китенка Чудика. Всем морским жителям нравился сверкающий на солнце фонтан.

Лишь одна акула Злюка не обращала на Чудика никакого внимания. Она делала вид, что ей совершенно безразлично, есть фонтан или нет. А на самом деле акула завидовала Чудику, ведь все говорили только о нем.

Однажды она не вытерпела, подплыла к Чудику и проворчала: «Кому нужен твой фонтанчик? Он уже всем давным-давно надоел. Каждый раз одно и то же!»

Очень обиделся Чудик на акулу. Взял и уплыл в открытый океан.

Опустело Голубое море без китенка. Через месяц заскучала и сама акула Злюка, из-за которой все произошло.

«Грустно мне… – пожаловалась она дельфинам. – Чего-то не хватает. А вот чего?» «Красоты не хватает. Красоты, которую так щедро дарил нам всем китенок Чудик», – ответили ей дельфины.

И конечно, они были правы. Потому что там, где нет красоты, всегда чего-то не хватает. Пожалела акула

Злюка, что зря обидела китенка, но было слишком поздно.

Вот такая сказка. А сейчас закройте глаза и представьте себе, что вы акула Злюка, которая разозлилась на китенка Чудика, и у вас в теле сжалась пружина злости. Найдите это место и запомните его. Теперь откройте глаза. Я буду называть ваши имена, а вы найдете на контурном изображении и раскрасите красным восковым мелком место, где сжата ваша пружина злости. Я рядом подпишу ваши имена. Потом мы повесим нашу работу на «Стену эмоций».

♦ **«Прогоняем злость»**

Пришла пора прощаться. Тем из вас, кто нарисовал злость в руках, я предлагаю побоксировать с подушкой; тем, у кого сегодня злость в ногах, пригодится напольный мешок; для тех, кто раскрасил горло, я принесла «мешочек злости» В него можно собрать злость, а потом выбросить. Для этого нужно поднести «мешочек злости» к губам и изо всей силы крикнуть в него: «Уходи, злость, уходи!» Тем, у кого злость находится в теле, я предлагаю сделать упражнение «Шкала злости» (см. Занятие 27).

Вы можете сделать то упражнение, которое вам больше всего нравится. *(Каждый ребенок выполняет упражнение на снятие мышечного напряжения.)*

♦ Прощание

На этом наше занятие заканчивается. До свидания.

Занятие 3 (29)

Цели:

развитие творческого мышления, памяти, координации движений; снятие мышечных зажимов; наблюдение за ощущениями в теле; развитие способности произвольно улавливать напряжение, ощущение «сжатой пружины».

Материалы:

макет города; зеркало; лист бумаги 60х30 см; фигурка девочки высотой 55 см; скотч; ножницы; красные восковые мелки; кусочки тонкой медной проволоки длиной 40 см – по количеству детей; колокольчик; магнитофон, аудиозапись отрывка из увертюры «Буря» П.И. Чайковского; сказка М. Пляцковского «Сердитый дог Буль»; мишень на стену размером 50х50 см, мешочек 10х5 см, заполненный фасолью; подушка и мешок для битья, «мешочек злости».

Ход занятия

♦ Приветствие

Доброе утро! Помогли ли кому-то из вас подушка и мешок для битья справиться со своей злостью за то время, что мы с вами не виделись? Кто хочет рассказать об этом? Спасибо за ваши истории. Давайте возьмемся за руки и громко скажем: «Доброе утро!»

♦ «Дорожный танец»

А сейчас я приглашаю вас продолжить путешествие в сказочный город. Давайте исполним «Дорожный танец».

♦ «Вспомни соседа»

Молодцы! Садитесь, пожалуйста. Кто помнит, чья ленточка привязана к красной дорожке первой от крестовины? Чья зеленая ленточка? С каждым разом вы становитесь все внимательнее.

♦ «Что в домике лежит»

А сейчас мы узнаем, что в домике лежит. Я открываю дверцу красного домика и достаю материалы, с которыми мы будем работать сегодня. Это кусочки медной проволоки, карандаши, фигурка девочки, скотч, ножницы, красные восковые мелки и записочка «Возьмите лист бумаги». Как вы думаете, что мы сегодня будем делать?

♦ «Найди на теле»

Спасибо за ответы. Перед занятием я уже обвела контур фигурки девочки на листе бумаги. А сейчас послушайте сказку, которая называется «Сердитый дог Буль».

Сердитый дог Буль

Дог Буль всегда рычал. Кого ни увидит, сразу свои зубы скалит и глаза таращит. Это, значит, чтобы его все боялись. Подзывает он как-то к себе утенка Крячика: «Иди сюда». «А не укусишь?» – спросил утенок. «Очень мне надо тебя кусать!» Остановился утенок возле Буля, а тот спрашивает: «У тебя много друзей?» – «Много! Вот считай: цыпленок Фью, корова Мурена, козленок Мармеладик, поросенок…» – «Хватит, – перебил его Буль. – Ты скажи мне лучше, почему это так получается: у тебя, такого крошечного и слабенького, столько друзей, а у меня, такого большого и сильного, нет ни одного?» – «Вот еще! – замахал крылышками утенок. – Кто же согласится дружить с таким злым и вредным псом? Вот если ты прекратишь на всех бросаться, лаять и пугать, тогда другое дело!»

Вот так бывает и с детьми. Тот, кто злится и вредничает, может остаться без друзей. Помните, на прошлом занятии мы

сравнивали злость с натянутой пружиной? Представьте себе, что вы превратились в дога Буля, который злится на всех. Изобразите свою злость. А теперь закройте глаза и найдите в своем теле место, где сжалась пружинка. Запомните его. Откройте глаза. Тот, кто услышит свое имя, раскрашивает на контуре место злости, найденное в своем теле. Каждый, кто раскрасит место злости, берет у меня «мешочек злости», громко кричит в него «Уходи злость, уходи из…» и называет раскрашенное место. *(Когда упражнение выполнит последний ребенок, мешок завязывают, и ведущий в конце занятия уносит и «выбрасывает» всю злость, накопившуюся в группе.)*

А сейчас я прошу каждого из вас взять у меня с подноса карандаш и проволоку. Мы будем делать «пружинки злости».

1. В левую руку берем и удерживаем горизонтально карандаш, на него сверху накладывается проволока. Кончик проволоки держим на карандаше большим пальцем левой руки.

2. Правой рукой обматываем свободную часть проволоки вокруг карандаша.

3. Когда вся проволока намотана на карандаш, правой рукой двигаем спираль к большому пальцу левой руки до упора.

4. Готовую пружину снимаем с карандаша.

Давайте прикрепим пружинки к местам вашей злости, раскрашенным на контуре. *(Ведущий помогает детям прикреплять пружинки с помощью скотча.)* Если ваша злость прошла, когда вы кричали в «мешочек злости», пружинку можно растянуть, если злость удалось прогнать не до конца, прикрепим сжатую пружинку. Теперь давайте прикрепим лист на «Стену эмоций».

♦ **Прощание**

(Дети по желанию выполняют упражнение с подушкой, напольным мешком или «Шкалу злости».) На этом наше занятие закончилось. До свидания.

Занятие 4 (30)

Цели:

расширение представлений детей о злости; продолжение наблюдения за ощущениями в теле; формирование положительного эмоционального настроя.

Материалы:

макет города; цветные карандаши, восковые мелки; контурные фигурки человечков высотой 12 см из белого картона – по количеству детей (см. Приложение 4, «Злость»); разноцветные вырезки из журналов с изображениями злящихся

или дерущихся животных, людей; клей; магнитофон, аудиозапись отрывка из увертюры «Буря» П.И. Чайковского; колокольчик; мишень на стену размером 50х50 см, мешочек 10х5 см, заполненный фасолью; подушка и мешок для битья.

Ход занятия

♦ Приветствие

Доброе утро! Я рада вас видеть. Тот, кто хочет, может рассказать нам, как подушка и мешок для битья помогали справляться со злостью в то время, пока мы не виделись. А кто ни разу не пользовался этими предметами? Почему? Спасибо всем за рассказы.

♦ «Дорожный танец»

Приглашаю всех на «Дорожный танец». Мы с вами добрались до красного домика, и я достаю из него материалы, с которыми будем сегодня работать. Посмотрите, перед вами лежат разноцветные вырезки из журналов. Тот, кто услышит свое имя, встанет и выберет картинку, которая, на его взгляд, больше всего подходит для злости, на которой изображены самые злые люди или животные, и приклеит ее в любое место на красном домике. Замечательно! Домик готов.

♦ Изготовление человечков

А сейчас каждый из вас возьмет фигурку человечка, сделанную из белого картона (см. Приложение 4). Сделайте лица своих человечков злыми. Те, кому трудно рисовать лицо, могут смотреть на личико человечка, живущего в нашем домике, она будет для вас подсказкой. Не забудьте про одежду и обувь.

Посмотрите и расскажите, чем отличаются друга от друга злые и радостные человечки? А чем от них отличаются человечки, испытывающие чувство страха?

Пусть те, у кого человечек готов, подходят ко мне, мы найдем ему место в сказочном городке. На улицах нашего городка появятся новые жители. Замечательно получилось.

♦ Прощание

Я приглашаю вас еще раз станцевать «Дорожный танец» и проститься с домиком злости, но перед этим мы сфотографируемся. Наша групповая фотография будет называться «Портрет злости».

Превратим красную дорожку с привязанными к ней ленточками в праздничные флажки. Это будет украшением улиц нашего сказочного городка. На следующем занятии мы с вами отправимся в путешествие по оставшейся синей дорожке к синему домику, на встречу со следующей эмоцией.

Дети выполняют упражнение «Шкала злости» или упражнения

с подушкой или мешком для битья.

На этом наше занятие закончилось. До свидания.

Тематический блок «Спокойствие»

Занятие 1 (31)

Занятия по теме «Спокойствие» лучше проводить в большом просторном зале с ковровым покрытием.

Цели:

расширение представлений детей о спокойствии; развитие способности к саморегуляции; обучение детей умению произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц; создание благоприятных условий для проявления своих чувств.

Материалы:

макет города; зеркало; разноцветные ленточки длиной 15 см – по количеству детей; лист обоев длиной 1,5 м; наборы цветных карандашей, восковых мелков, фломастеров; магнитофон, аудиозапись пьесы «Лебедь» К. Сен-Санса; покрывало из плотной ткани.

Ход занятия

Дети входят в зал, снимают обувь, ставят ее по краю ковра.

♦ **Приветствие**

Доброе утро! Я рада вас видеть. У нас сегодня необычное приветствие. Все вместе бежим по кругу вправо. Пожалуйста, не мешайте друг другу, не толкайте своих товарищей. Бегите так быстро, как только можете. *(Бег продолжается в течение 2–3 минут.)*

Как только вы услышите, что зазвучала спокойная музыка, остановитесь. Выберите в зале любое место и ложитесь на ковер на спину, раскинув в стороны ручки и ножки, как звездочка, чтобы вам никто не мешал. Закройте глаза. Сделайте вдох-выдох (3 раза).

Представьте себе, что в жаркую погоду вы лежите на поляне, в мягкой густой зеленой травке. Рядом с вашими ручками и ножками плещутся холодные ручейки. Вы решили освежить свои ручки в одном из них. Делаем вдох и изо всех сил тянемся кончиками пальцев рук к ручейку. Выдох – расслабляем ручки. Еще раз делаем вдох и тянем, тянем ручки к воде. Выдох – расслабляем ручки.

Вы решили поплескаться в ручейке ножками. Вдох – изо всех сил стараемся дотянуться ими до воды. Выдох – расслабили

ножки. И еще раз вдох – тянемся ножками до прохладного ручейка. Выдох – расслабили ножки.

А теперь одновременно ручками тянемся к одному ручейку, а ножками – к другому. Все ваше тело растягивается так сильно, что даже чуточку дрожит. Вдох-выдох, расслабились. И еще раз повторим это упражнение. Считаем до пяти. Открывайте глазки.

♦ **«Дорожный танец»**

Сегодня мы с вами отправляемся в путешествие по синей дорожке. Посмотрите на лицо человечка, приклеенное к синему домику. Какой человечек перед нами? Злой, радостный, испуганный? Нет, он спокойный. Если бы он начал танцевать, то какими были бы его движения? Да, плавными, легкими, спокойными, воздушными. Давайте исполним «Дорожный танец» именно таким образом.

♦ **«Что в домике лежит»**

Вот мы и в сказочном городке. Давайте привяжем к дорожке разноцветные ленточки со своими именами и посмотрим, что в домике лежит.

♦ **«Встреча с эмоцией»**

Я предлагаю вам «встретиться» со своим спокойствием и закончить предложение «Когда я спокоен, мое спокойствие похоже на…».

♦ **Изготовление «ростовой куклы»**

А сейчас мы будем делать куклу, которая спокойна и умиротворена. Кто разрешит обвести контур своего тела? *(Готовая кукла прикрепляется на «Стену эмоций».)*

♦ **Прощание. «Гамак»**

Наше заключительное упражнение называется «Гамак». Как вы думаете, что это за упражнение?

Ведущий и воспитатель предлагают ребенку лечь на плотное покрывало и некоторое время качают его как в гамаке. Это упражнение способствует снятию мышечных зажимов и развитию доверия у детей.

Занятие 2 (32)

Цели:

расширение представлений детей о спокойствии; развитие творческого мышления, памяти, координации движений; обучение детей произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц; снятие мышечных зажимов.

Материалы:

макет города; зеркало; два листа бумаги размером 60х30 см;

фигурки мальчика и девочки высотой 55 см; синие восковые мелки по количеству детей; магнитофон, аудиозапись пьесы К. Сен-Санса «Лебедь»; покрывало из плотной ткани.

Ход занятия

♦ **Приветствие (см. Занятие 31)**

♦ **«Дорожный танец»**

♦ **«Вспомни соседа»**

♦ **«Что в домике лежит»**

Посмотрите, какие здесь лежат предметы: две фигурки девочки и мальчика, восковые мелки синего цвета, записочка «Возьмите два листа бумаги». Как вы думаете, что мы будем делать дальше?

♦ **«Найди на теле»**

Сейчас я обведу контуры фигурок девочки и мальчика, мы будем работать на двух листах одновременно. На обведенных контурах я обозначу некоторые «источники покоя» в теле человека. Это живот, ладони, ступни и глаза. Ваша задача – нарисовать внутри контура «волны», которые разносят спокойствие по всему телу. На эту работу я даю вам 10 минут. Девочки работают на одном листе с контуром фигурки девочки, а мальчики – на другом.

Давайте посмотрим на ваши работы. Есть между ними какие-то различия? Чем они похожи? Листы с вашими работами мы прикрепим к «Стене эмоций».

♦ **Прощание. «Гамак»**

Занятие 3 (33)

Цели:

развитие творческого мышления, памяти, координации движений; снятие мышечных зажимов; наблюдение за ощущениями в теле; развитие способности к саморегуляции; обучение детей произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц.

Материалы:

макет города; круглый прозрачный аквариум, наполненный водой; баночка гуашевой краски синего цвета, пипетка; свеча; коробок спичек; наборы материалов разного вида (см. по ходу занятия) и плавающие свечки (по количеству детей); магнитофон, аудиозапись пьесы К. Сен-Санса «Лебедь»; покрывало из плотной ткани.

Ход занятия

♦ **Приветствие**

♦ **«Дорожный танец»**

♦ **«Вспомни соседа»**

♦ **«Что в домике лежит»**

Сегодня мы не будем смотреть, что в домике лежит. Все необходимые материалы я разложила на подносах на полу. В центре круга у нас прозрачный круглый аквариум, наполненный водой. На подносах баночка с синей гуашевой краской, разведенной водой, пипетка, большая свеча, маленькие свечки, коробок спичек. Наборы материалов:

– вырезанные из картона кружочки диаметром 8 см;

– деревянные палочки – 20 см;

– вырезанные из картона полоски длиной 25 см;

– кружки из ткани диаметром 16 см;

– большие деревянные бусины (костяшки от счетов) и т. п.

♦ **«Картина спокойствия»**

Сегодня мы с вами будем создавать картину спокойствия. Как вы думаете, когда человек может испытывать спокойствие? *(Ответы детей: когда у него все хорошо, когда он спит, когда он смотрит на речку или плавает в море, когда все дружат, когда он смотрит на огонь, когда ему интересно, когда мама его гладит, когда все любят друг друга.)*

Раз мы путешествуем по дорожке синего цвета, а это цвет спокойствия, то сейчас я предлагаю вам «успокоить» воду в нашем аквариуме. Как вы думаете, что для этого нужно сделать? Мы покрасим воду в аквариуме в синий цвет. Сейчас каждый из вас наберет из баночки в пипетку краску и капнет в аквариум. Наташа, начинай, а мы посмотрим, какой причудливый рисунок будет получаться при растворении капельки краски в воде. *(Ведущий включает спокойную музыку, дети по одному выполняют упражнение.)*

Смотрите – вода в аквариуме «успокоилась», стала синей. Я зажгу большую свечку. Тот, кто услышит свое имя, выходит в центр круга, зажигает от большой свечи, стоящей в центре, маленькую свечку и опускает ее в аквариум.

Посмотрите, какая «картина спокойствия» у нас получилась. Правда, красиво? А на что похож сейчас аквариум с плавающими свечками? *(Ответы детей: на звездное небо, на нашу группу в Новый год, на праздник, на плывущие в ночи корабли, на любовь, на сказочное волшебство.)*

А сейчас мы дополним нашу картину. Вокруг аквариума каждый из вас выложит круг из одного вида материалов, лежащих на подносе. Круг нужно выложить до конца. Если кому-то

понадобится помощь, попросите ее у друзей. Первыми выбирают материалы и выкладывают круги вокруг аквариума младшие дети в группе. *(По ходу работы детей возникает гармоничная форма круга, которая быстро изменяется, обогащается орнаментом из различных форм, материалов и пробуждает различные ассоциации. То она похожа на пруд, то на Землю, а вот уже звезда, солнце, цветок, Вселенная…)*

У вас получилась очень красивая картина. Давайте аккуратно встанем на свои стульчики и сверху посмотрим на нее.

♦ **Прощание. «Гамак»**

Занятие 4 (34)

Цели:

расширение представлений детей о спокойствии; продолжение наблюдения за ощущениями в теле; формирование положительного эмоционального настроя; развитие способности к саморегуляции; обучение детей умению произвольно напрягать и расслаблять отдельные группы мышц.

Материалы:

макет города; цветные карандаши, восковые мелки; контурные фигурки человечков высотой 12 см из белого картона – по количеству детей (см. Приложение 4, «Спокойствие»); разноцветные вырезки из журналов с изображениями растений, животных, явлений природы, людей, глядя на которые испытываешь состояние умиротворения, спокойствия; клей; магнитофон, аудиозапись пьесы К. Сен-Санса «Лебедь»; покрывало из плотной ткани.

Ход занятия

♦ **Приветствие**

♦ **«Дорожный танец»**

♦ **«Что в домике лежит»**

Мы с вами добрались до синего домика, и я достаю из него материалы, с которыми будем работать сегодня. Посмотрите, перед вами лежат разноцветные вырезки из журналов. Тот, кто услышит свое имя, встанет, выберет картинку, которая вызывает чувство умиротворения и спокойствия, и приклеит ее в любое место на синем домике. Замечательно! Домик готов.

♦ **Изготовление человечков**

А сейчас каждый из вас возьмет себе фигурку человечка, сделанную из белого картона. Пусть их лица, которые вы нарисуете, будут спокойными.

А теперь посмотрите и расскажите, чем спокойные человечки отличаются от радостных, испуганных, злящихся?

Пусть тот, у кого человечек готов, подойдет ко мне, мы найдем человечку место в сказочном городке. На улицах нашего городка появятся новые жители. Замечательно получилось.

♦ **Прощание**

Давайте еще раз станцуем «Дорожный танец» и простимся с домиком спокойствия, но перед этим сфотографируемся. Наша групповая фотография будет называться «Портрет спокойствия».

Синяя дорожка с привязанными к ней ленточками превращается в праздничные флажки. Давайте приклеим ее к крыше синего домика, она украсит улицы нашего сказочного городка. На следующем занятии мы будем прощаться со сказочным городком и его жителями и вспоминать то, что делали на прошедших занятиях.

♦ **«Гамак»**

Занятие 35 (заключительное занятие программы)

Цели:

обобщение представлений детей о радости, страхе, злости, спокойствии; продолжение наблюдения за ощущениями в теле; формирование положительного эмоционального настроя.

Материалы:

макет города; скотч, ножницы, кисточки; гуашевые краски желтого, красного, синего и коричневого цветов, разведенные клеем ПВА; косички, сплетенные из ленточек соответствующих цветов (одна длиной 1,5 м; косички по 10 см – по количеству детей); фотографии группы («Портрет радости», «Портрет страха», «Портрет злости» и «Портрет спокойствия»); четыре деревянные рамки по формату фотографий; цветные карандаши; клеенки на столы; магнитофон, аудиозаписи всех использовавшихся в ходе занятий музыкальных пьес.

Ход занятия

♦ Доброе утро! Я рада вас видеть. Наши путешествия по сказочному городку подошли к концу. Давайте еще раз посмотрим на его улицы. На них человечки, испытывающие разные чувства. Кто-то радуется, кто-то злится, вот этот испуган, а тот спокоен. А как вы думаете, может человек только радоваться, пугаться, злиться или всегда оставаться спокойным? Я тоже думаю, что нет. Каждый из нас в определенные моменты

испытывает разные эмоции. Все эмоции переплетены в нас, как эти желто-красно-сине-коричневые косички. Сейчас я пройду мимо каждого из вас, а вы возьмите себе маленькие косички на память о наших занятиях. А вот этой самой длинной косичкой я соединю по кругу все домики сказочного городка, прикрепив ее к стенкам разноцветных домиков.

♦ Посмотрите – на столах лежат четыре деревянные рамки, которые нужно покрасить в желтый, красный, синий и коричневый цвета. Потом мы вставим в рамки наши фотографии, которые делали на занятиях. Давайте разделимся на четыре группы и приступим к работе. *(Чтобы разделить детей на группы, можно использовать цветные фанты. Какого цвета фант ребенку достанется, такой краской он красит рамку.)*

Пока рамки сохнут, предлагаю всем сесть в круг и рассмотреть наши фотографии. *(После рассматривания каждой фотографии дети исполняют соответствующий танец. Фотографии вставляются в рамки и остаются в группе, так же как и макет сказочного городка.)*

♦ На этом наше занятие заканчивается. До свидания.

По желанию в группе можно устроить чаепитие.

Послесловие к программе «Здравствуй, я сам!»

После проведения этого цикла занятий вы можете получить ответы на ряд важных вопросов, а также сделать выводы относительно группы детей, с которой работаете. Например, следующие.

1. Какой блок занятий оказался наиболее напряженным? С чем это может быть связано?
2. Оцените и сравните эмоциональную активность детей в начале, середине и конце занятий по каждой из эмоций. Выделите общие тенденции.
3. Есть ли в группе дети, выбирающие цвета, символизирующие негативные эмоциональные состояния? (С помощью дополнительной, более детальной диагностики попытайтесь выявить причину такого положения дел. Возможно, с этими детьми нужно дополнительно индивидуально поработать.)
4. Какие цвета предпочитали дети тренинговой группы?
5. Какие цвета выбирались реже всего?
6. Какие дети наиболее активны во время работы на занятиях: выбирающие красный, зеленый или желтый цвета?

Надеемся, что работа по этой программе оказалась полезной, интересной и веселой как для детей, так и для вас, а ответы на

приведенные выше вопросы помогут вам лучше узнать детей и более эффективно организовать дальнейшую работу с ними.

Удачи вам!

Литература

ВыготскийЛ.С. Психология. – М.: Апрель-Пресс, 2000.

Гайлен Х. Тихие упражнения. Из педагогической практики. 1978.

Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль: Академия развития, 1996.

Кулагина И.Ю. Возрастная психология. – М.: «Изд-во УРАО», 1997.

Кэдьюсон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. – СПб.: Питер, 2000.

Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых. – М.: Генезис, 2000.

Митина Л.М. Психологическая диагностика эмоциональной устойчивости учителя: (учеб. пособие для практ. психологов) / Л. М. Митина. – М.: РАО, Психол. ин-т, 1992.

Осорина М.В. Секретный мир детей. – СПб.: Питер, 1999.

Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. – СПб.: Акцидент, 1999.

Петрушин В.И. Музыкальная терапия. – М.: Владос, 1999.

Пляцковский М. Солнышко на память. – М.: Советская Россия, 1975.

Подросток на перекрестке эпох. – М.: Генезис, 1997.

Психология. Учебное пособие для начальной школы. – М.: Гардарика, 1998.

Психологический словарь. – М.: Педагогика-Пресс, 1996.

Урунтаева Г.А. Дошкольная психология. – М.: Академия, 1995.

Фильм-сказка «Волшебные фонарики». – М., 1976.

Фильм-сказка «Ежик в тумане». Союзмультфильм. Бюро пропаганды советского киноискусства. Реж. Ю. Норштейн. Автор текста С. Козлов. – М., 1976.

Послесловие

(С.В. Крюкова)

Я имела возможность поделиться своим опытом работы с коллегами на постоянно действующих семинарах при лаборатории «Дошкольное воспитание» Научно-методического центра Юго-Восточного административного округа г. Москвы, где делала сообщение о структуре проведения игровых занятий. В ходе обсуждения возникали различные вопросы. На самые типичные из них я попытаюсь сейчас ответить.

Вопрос: Уж слишком гладко все получается, а реально ли применение всего, что здесь описывается, на практике?

Да, реально. Это подтверждает мой семилетний опыт работы с детьми-дошкольниками в разновозрастных группах. Кроме того, работа по программе «Давайте жить дружно» успешно проводилась в обычных детских садах с детьми, начиная с четырехлетнего возраста.

Конечно, в процессе работы в силу возрастных особенностей детей могут возникать различные непредвиденные ситуации, однако с ними легко можно справиться, если быть готовым к импровизации и спокойно относиться к происходящему.

Вопрос: Как реагировать на то, что ребенок отказывается заниматься вместе со всеми, встает, ходит во время занятия?

Как правило, на занятиях я предлагаю детям сесть на стулья, а не на ковер. Стул служит своеобразным «якорем» и помогает контролировать импульсивные движения гиперактивных детей. Они имеют возможность ерзать, сползать по стулу, хвататься руками за ножки, крутиться, переворачиваться на нем, садиться спиной к остальным, оставаясь при этом на месте.

Стараюсь не обращать особого внимания на то, что ребенок встал и «отправился побродить». «Не мешай нам, пожалуйста, веди себя потише. А вы не обращайте на него внимания, наше занятие продолжается…» – как правило, это все, что я говорю в таких случаях. Главное, что я для себя решила, – не надо бежать и возвращать ушедшего. Он вернется сам, как только увидит, что его никто не заставляет это делать, не упрашивает, и остальные дети продолжают заниматься.

Если вы уверены в себе, вам нравится работать с детьми, а им интересно с вами, то пусть сначала работать будут лишь два-три ребенка, постепенно и остальные дети обязательно подключатся к

вам.

А если несколько детей, глядя друг на друга, встали и пошли рассматривать комнату, игрушки, подыграйте им. Предложите всем детям: «Походите по комнате, внимательно все осмотрите, но как только услышите сигнал: звон колокольчика (хлопок в ладоши, удар в бубен), быстро возвращайтесь на свое место. Продолжаем наше занятие…»

Все ситуации, которые могут возникнуть на ваших занятиях, предусмотреть трудно, поскольку дети ведут себя спонтанно и неожиданно, поэтому нужно быть готовым к импровизации. Следует всегда иметь в запасе несколько упражнений дополнительно к тем, которые есть в сценарии, они могут вам пригодиться. Хорошо в таких случаях использовать игры со стихами, где есть ритм, который способствует концентрации внимания и организации детей.

Расскажу один случай из моей практики.

Начало учебного года. В группе проводится первое занятие. Среди детей есть новенькая девочка. Назовем ее Лена. Она ходит в садик четвертый день, ей четыре года. У нее есть младший братик, который сидит дома. Лена любит настоять на своем, часто капризничает, ведет себя демонстративно, последнее слово обязательно должно оставаться за ней.

Занятие началось.

Лена: А я новенькая!

Светлана Владимировна: Да, я вижу. Сейчас мы поздороваемся и будем знакомиться.

Знакомство прошло успешно. Дети называли ее по имени, Лена рассказывала, что она любит, что ей не нравится… Пришло время заняться упражнениями…

Л.: Мне это не нравится, я устала.

С.В.: Посиди, отдохни. Можешь ничего не делать.

Прошло еще некоторое время.

Л.: Вы мне надоели. (Встает, подходит к двери в группу.) Я сейчас уйду!

С.В.: Хорошо, иди. Только закрой за собой дверь, пожалуйста, чтобы мы тебе не мешали.

Л.: (берется за ручку двери) Я ухожу!

Дети продолжают выполнять задания, занятие продолжается.

С.В.: Ты устала?

Л.: Да.

С.В.: Можешь пойти отдохнуть. Когда отдохнешь, возвращайся к нам.

Лена ушла, закрыла за собой дверь. Через несколько минут дверь приоткрылась, и в проеме появилась ее голова.

С.В.: Ты уже отдохнула?

Л.: Нет, – дверь закрылась.

Через некоторое время все повторяется, а мы с детьми продолжаем свое занятие. Дверь распахивается, Лена появляется на пороге и объявляет: «Я пришла!»

С.В.: Мы рады, заходи и закрывай за собой дверь, чтобы нам никто не помешал.

Девочка сделала все, о чем ее попросили, но дети еще не закончили выполнять полученное задание, и на ее присутствие никто «должным образом» не отреагировал.

Л.: Я отдохнула и пришла.

С.В.: Хорошо, постой, подожди. Сейчас мы закончим делать это упражнение, найдем для тебя местечко в нашем кругу, и ты к нам присоединишься

«Как, я должна ждать?» – удивление читалось у нее на лице. Лена стояла рядом и смотрела, как дети играли. Когда упражнение закончилось, мы подвинулись и дали ей возможность сесть вместе с нами. Она моментально заняла освободившееся пространство. С этого момента девочка стала очень внимательной, старалась как можно точнее делать все, что я показываю. В конце занятия она спросила: «Я хорошо поработала?» «Да, у тебя отлично получалось», – ответила я. С тех пор у нас больше не возникало трудностей.

Вопрос: Бывает ли так, что дети агрессивно реагируют на действия психолога? Что делать тогда?

Приведу еще один пример из практики работы.

Новичок, Антон (3,5 года), в первый раз пришел на занятие. Я, как обычно, пою детям песенку-приветствие про то, как я рада видеть каждого присутствующего. Когда очередь доходит до Антона и звучит его имя, раздается голос.

Антон: Не смей мне петь, я тебе не рад, ты плохая, вот придет мой папа, он тебя собакой съест, я тебя не люблю…

С.В.: А я тебя люблю… Сейчас я буду петь песенку Оле, не мешай нам, пожалуйста.

Дальше на занятии мальчик делал все вместе с ребятами, но стоило только назвать его по имени, в ответ раздавалось: «Я тебя не люблю, ты плохая!»

Занятия в группах я провожу один раз в неделю, но с детьми мы видимся каждый день. И всякий раз, встречаясь с Антоном, мы обменивались «люблю – не люблю», «плохая – хороший». Такое поведение ребенка я объясняла тем, что таким образом он хочет привлечь мое внимание, но в глубине души сидел червячок сомнения. Может быть, я делаю что-то не так… Но все мои

сомнения развеял случай.

Вечер. Иду домой и прохожу мимо участка, на котором гуляют ребята. И вдруг сзади раздается: «Ты плохая, противная! Я тебя не люблю». «Антон, это еще что такое? Так не разговаривают со взрослыми», – делает замечание воспитатель. «Не мешай, это я не тебе, это я Радимовне (Владимировна – мое отчество)…» Поворачиваюсь и вижу довольную рожицу, которая улыбается и хочет услышать в ответ: «А я тебя люблю!»

Через некоторое время Антон уже с удовольствием слушал песенку-приветствие, ему просто нужно было, чтобы его приняли таким, какой он есть, и проявили к нему доброе отношение.

И в заключение мне хотелось бы привести пример, который дает представление о том, как воспринимают дети наши занятия.

«…Последнее упражнение на сегодня называется "Встреча". Тот, кто встретится со мной глазами, должен мне кивнуть и поймать мой хлопок. Хлопок – это подарок, который я вам дарю до нашей следующей встречи».

Упражнение закончено, дети собираются гулять. Андрей (6 лет) и Илья (5 лет) стоят в коридоре. Они сложили руки «лодочкой», что-то говорят друг другу и не одеваются. Воспитатель делает детям замечание и в ответ слышит: «Нам надо "это" в карман убрать. Нам "это" Светлана Владимировна дала». «Что убрать? Ведь у вас ничего нет?» – говорит педагог. Андрей проталкивает обе руки в карман, что-то прячет и вместе с воспитателем подходит ко мне.

– Светлана Владимировна, дети не одеваются. Им что-то мешает.

– Что случилось, Андрюша? – спрашиваю я.

Андрей залезает в карман, что-то достает, поворачивается ко мне, протягивает вперед сложенные лодочкой руки и говорит: «Я "его" в карман положу, я "его" домой маме понесу…»

Кого «его», скажете вы? Неужели простой хлопок? Ведь это ничто, просто пустое место. И будете правы, но прав и он,

шестилетний мальчик, который принял «его» как дар и понесет этот дар самому дорогому для себя человеку – своей маме…

Известный педагог В.А. Сухомлинский писал: «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, рисунка, фантазии, творчества». Я свой выбор сделала.

Желаю вам удачи!

Приложения

Приложение 1

Волшебная страна

Приложение 2

Рис. 1. Радужка

Рис. 2. Ушастик

Рис. 3. Глазка

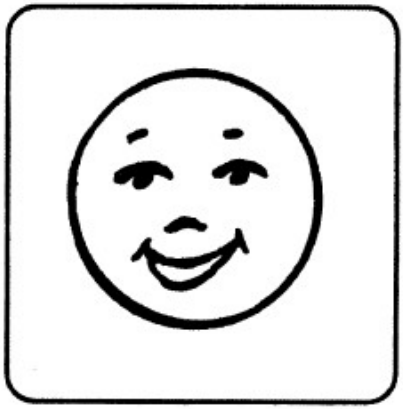
Рис. 4. Нюх-Нюх

Рис. 5. Вкусик

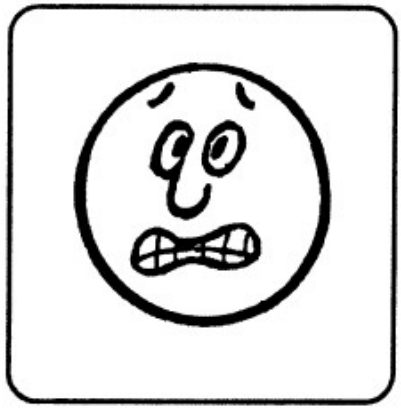
Рис. 6. Чувствительный

Рис. 7. Восприятие

Приложение 3

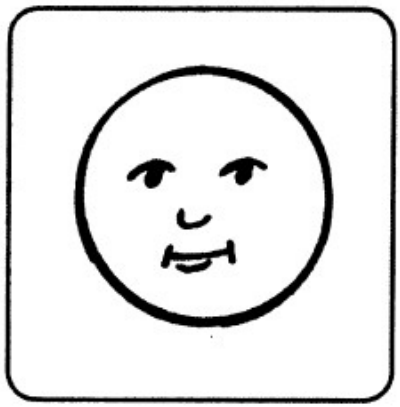


Радость



Страх

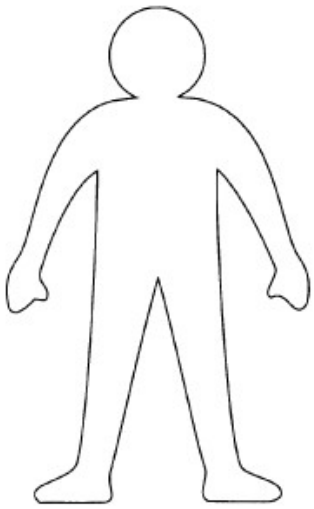
Злость



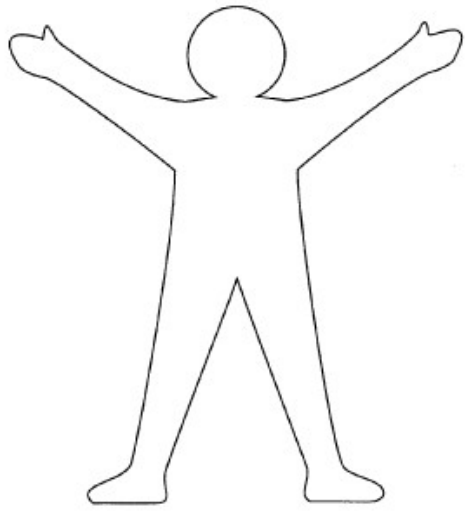
Спокойствие

Пиктограммы

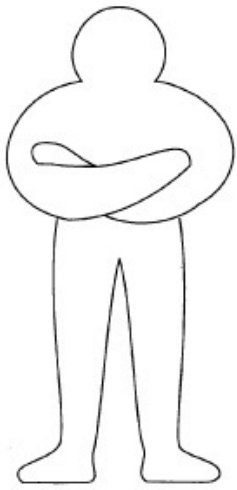
Приложение 4



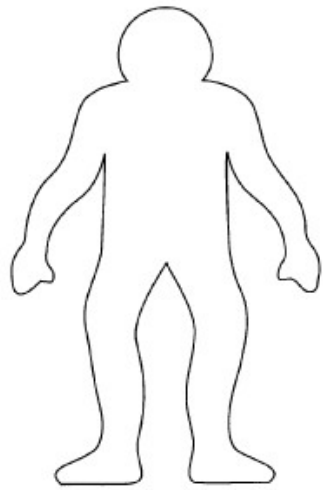
Спокойствие



Радость



Злость



Страх

Контурные фигуры

Сведения об авторах

Крюкова Светлана Владимировна

Педагог-психолог Государственного бюджетного образовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 436, дошкольное подразделение № 2402 ЮВОУО г. Москвы.

В 2005 г. окончила Московский городской психолого-педагогический университет по специальности «Психология», присуждена квалификация «Психолог. Преподаватель психологии».

С 1992 по 1996 г. – монтессори-педагог в разновозрастных дошкольных монтессори-группах. С 1996 г. – практический психолог.

Призер Всероссийских конкурсов авторских разработок по социально-психологической адаптации детей и подростков. Дипломант 3-х степеней смотра конкурса образовательных учреждений международного движения «Москва на пути к культуре мира» в номинации «Дошкольные образовательные учреждения», проводимого Правительством Москвы, Комиссией РФ по делам ЮНЕСКО, Московским комитетом образования. Победитель Конкурса среди педагогических работников на грант префекта Юго-Восточного административного округа на лучшую методическую разработку в сфере образования (2011). Награждена Почетной грамотой Министерства образования и науки Российской Федерации.

Занимается разработкой проектов: «Развивающее обучение детей раннего возраста. Моделирование среды для группы

кратковременного пребывания детей от 1 года до 3 лет вместе с родителями», «Познавая себя – понимаю другого» (тренинговые формы работы с дошкольниками с элементами арт-терапии).

Проводит мастер-классы, семинары-практикумы для родителей, воспитателей и психологов.

Светлана Владимировна Крюкова – не только замечательный профессионал, но и заботливая жена, мама, дочь.

Донскова Наталия Ивановна

Педагог-психолог высшей категории. Имеет большой опыт работы в детских садах (с 1998 г.). С 2003 по 2014 г. работала в ГБОУ детский сад компенсирующего вида № 1901 В АО г. Москвы (для детей с речевыми нарушениями) – именно здесь была разработана и апробирована программа «Детский сад, встречай ребят!». В настоящее время Наталия Ивановна работает в Учебно-методическом образовательном центре г. Видное Московской области в должности заместителя директора по учебно-воспитательной работе и педагога-психолога.

Окончила МГОПУ им. М.А. Шолохова (факультет дошкольной педагогики и психологии), а также прошла трехлетнюю стажировку в МГППУ по программе обучения молодых специалистов. Постоянно совершенствует уровень своего профессионализма на курсах повышения квалификации.

Области профессиональных интересов: сказкотерапия, арт-терапия, песочная терапия, эмоциональная сфера детей дошкольного возраста.

notes

Примечания

1

Из книги: Фопель К. Привет, ручки! Подвижные игры для детей 3–6 лет: Пер. с нем. – М.: Генезис,2005.

2

Авторская игра Донсковой Н.И.

3

Авторская игра Донсковой Н.И.

Авторская игра Донсковой Н.И.

5

То, какую именно игрушку выбрал ребенок, может быть важной информацией для психолога. Часто бывает так, что выбранная игрушка соответствует темпераменту ребенка. Например, бельчонка могут выбирать гиперактивные дети, ежонка – застенчивые и т. п.

6

Карту Волшебной страны следует изготовить по образцу на большом листе ватмана и раскрасить. Фигурки Радужки и других человечков (см. Приложение 1) вырезать, раскрасить и наклеить на картон.

7

Описание значений цветов приводится по книге: *Митина Л.М.* Психологическая диагностика эмоциональной устойчивости учителя: (Учеб. пособие для психологов) / Л.М. Митина. – М.: РАО, Психол. ин-т, 1992.

8

Значения цветов см. после Занятия 5 Части 1.